



B3BUS

BUDO

burulas.com.tr / budo.burulas.com.tr / bus.burulas.com.tr

Sayı: 57 OCAK 2018

yaşam

Ücretsizdir

**TRENLE
İTALYA
SEYAHATI**

helsinki

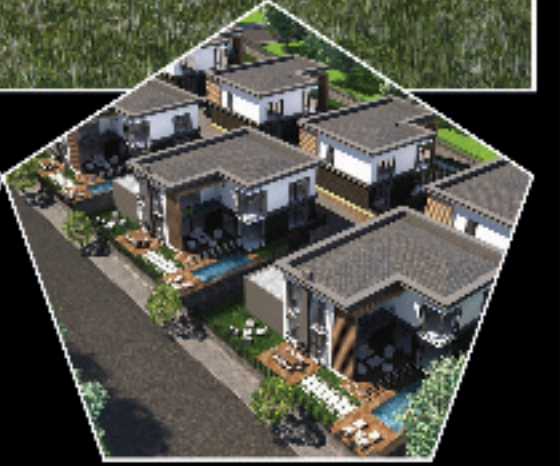
Kuzeyin beyaz şehri

İSVEÇ MUTFAĞI

yalın lezzetler karması



*mutlu
Yılar*



Royal Bademli'de bir eviniz olsun; 4 odalı ve her odanın banyosu olsun, sadece size ait kapalı bir otoparkı olsun, 2 katlı ve bahçesinde havuzu olsun, site içinde ama müstakil olsun, Daha da önemlisi en yüksek kaliteye sahip olsun istiyorsanız Bu özel projede yerinizi ayırmak için acele edin.



/royalbademli



/royalbademli

0224 241 66 11
www.royalbademli.com

CNS YAPI
DEKORASYON İNŞAAT TİC.SAN.LTD.ŞTİ.



60 YILI

GERİDE BIRAKAN
MARKA SERÜVENİMİZ
BOYUNCA VARLIĞI VE
DESTEKLERİ İLE
GÜCÜMÜZE GÜÇ KATAN
DEĞERLİ PAYDAŞLARIMIZA
TEŞEKKÜR EDERİZ

Mutlu Yıllar

MKA Sigorta Aracılık A.Ş. • MKA İplik Sanayi Ticaret A.Ş. • MKA Mensucat San.Tic. Ltd. Şti.

since **1956**

KOCEL

Zamanında ve sorunsuz teslimat ile size
Bursa kadar yakınız...



HIZLI TESLİMAT

Siparişlerinizi en hızlı ve güvenli şekilde Koçel güvencesi ile sizlere ulaştırıyoruz.



2 YIL GARANTİ

Koçel garantimiz ile ürünlerinizi 2 yıl boyunca işçilik ve malzeme hatalarına karşı koruyoruz.



MÜŞTERİ MEMNUNİYETİ

Müşterilerimiz ile satış öncesi ve sonrası her an iletişimde olup, memnuniyet ve sorun çözme odaklı çalışıyoruz.



%98 AÇILIR ÇEKMECE

Çekmece içindeki malzemelere kolay erişim ve çekmece içindeki her alanı en verimli şekilde kullanmanızı sağlıyoruz.



MERKEZİ KİLİT SİSTEMİ

Merkezi kilitleme sistemi ile aynı anda tüm çekmeceleri kilitleyerek, güvenlik ve kullanım kolaylığı sağlıyoruz.



ÖZEL TASARIM

Firmalarımızın ihtiyaçlarını saptayıp yerinde ziyaret ederek doğru çözümleri sunuyoruz.



ÇEVREYE DUYARLILIK

Koçel olarak, topluma saygı ve gezegenimizi korumak bizim için çok önemli. Akıllı aydınlatma sistemleri ile enerji tasarrufu sağlıyoruz. Doğadan aldığımızı emanet olarak düşünüp doğaya tekrar teslim etmek üzere her yıl 100 adet ağaç dikiyoruz.



80kg YÜK KAPASİTESİ

80kg kadar ağırlığa dayanıklı malzemeler kullanıyoruz.



KALİTE KONTROL

Malzemelerimizin uzun ömürlü ve hatasız üretimi için başlangıçtan teslimata kadar kalite kontrolü sağlıyoruz.



YILDIR BİTMİYEN
YENİLİK TUTKUSU



Merkez: Hacı bostan (Köprü Caddesi) No. 10 Mahmutbey - İSTANBUL

Telefon: +90 212 445 35 29 (3 lines)

Fax: +90 212 445 35 78 **Gsm** 0533 231 04 04

Fabrika: GOSB 800. Sokak No.816 Gebze-KOCAELİ

Telefon: +90 262 677 11 30 (3 lines) **Fax** +90 262 677 11 40

E-mail: info@kocel.com.tr

www.facebook.com/KocelCelik

www.kocel.com.tr

İKİNCİ ELDE BİRİNCİ TERCİHİNİZ

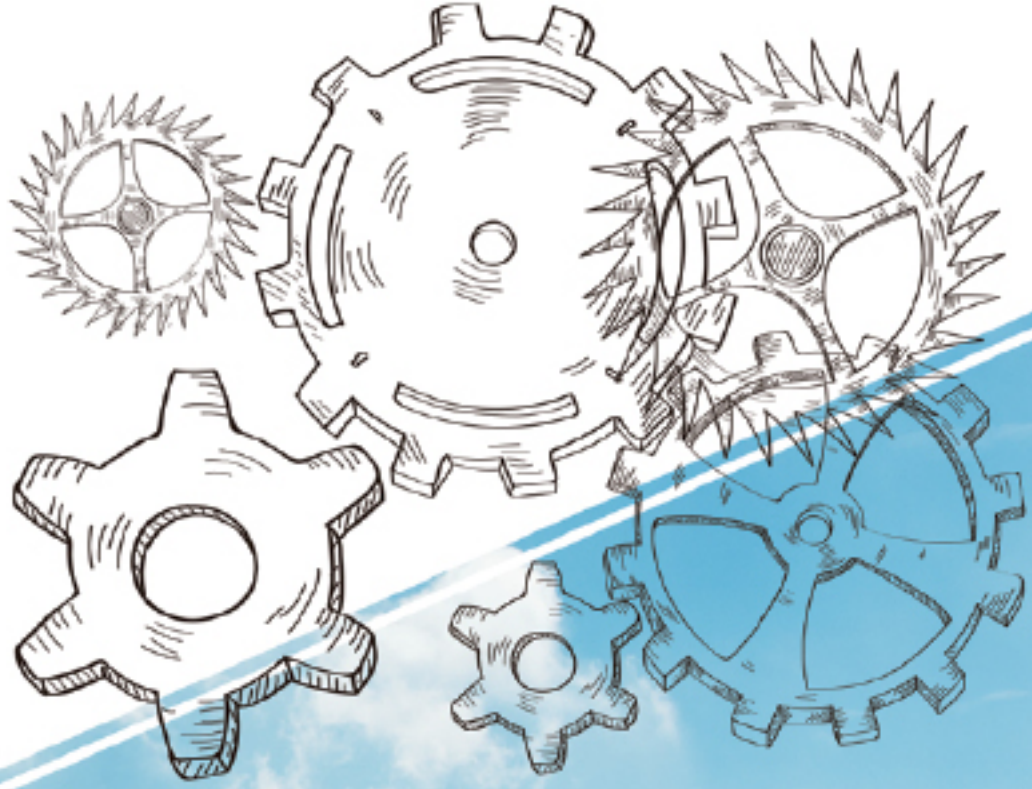
Çalışkan2el



www.caliskan2el.com

/caliskan2.el

ÇALIŞKAN OTO
MÜŞTERİLERİNE
ÖZEL
ÜCRETSİZ
MEKANİK
CHECK-UP
KONTROLÜ



RANDEVU İÇİN: 0224 999 11 11



Çalışkan2.tr



Çalışkan Plaza

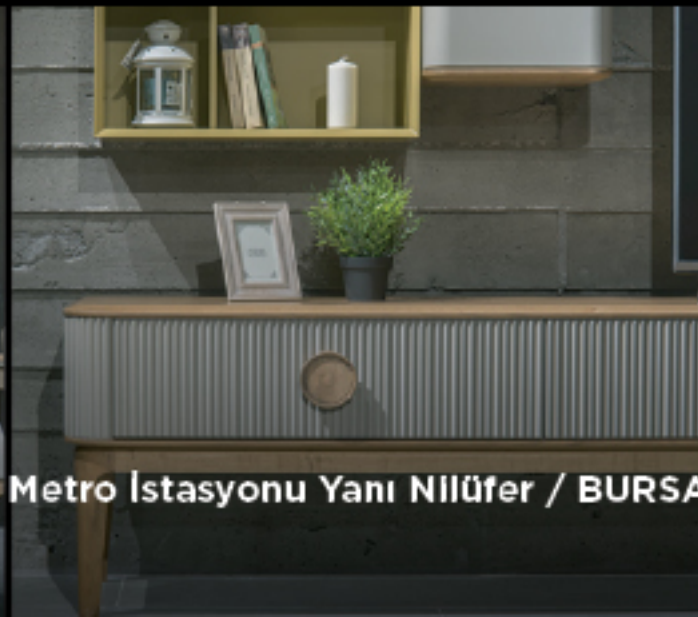


Çalışkan2.tr

Çalışkan Oto

Sanayi ve Ticaret Limited Şirketi

www.caliskanel.com



Izmir Yolu Beşevler Metro İstasyonu Yanı Nilüfer / BURSA

0224 443 09 90

**Evinizin
yeni yıl
kutlaması**
2018 MODELLERİ

safa[®]

MOBİLYA & TASARIM OFİSİ

[f](#) [t](#) [i](#) /safamobilya www.safamobilya.com

OCAK 2018



60
MEHMET
KÜRŞAT
ÇAPAR

34
YER
ELMASI

76
TRENLE
İTALYA
SEYAHATI



40
HELSINKİ



52
BAHADİR
TATLIOZ

84
ÇOCUKLARDA
D VİTAMİNİ

88
ÖRGÜ

92
7 ÜLKE
7 MÜZE



68
İSVEÇ
MUTFAĞI

98
PIZZA

106
2018
DEKORASYON
TRENDLERİ

112
ENGLISH

BURULAŞ

BUDO yaşam

Yönetim

İmtiyaz Sahibi BURULAŞ A.Ş. Adına
Genel Müdür
Mehmet Kürşat Çapar

Yönetim Yeri

BursaRay İşletme Merkezi, 16130 Odunluk
Mahallesi İzmir Yolu Nilüfer, Bursa Türkiye
0850 850 99 16 www.burulas.com.tr

Yayın Kurulu

Emre Ergün
Av. Canan Devrim Engin /Hukuk Danışmanı

Yayın Danışmanı

Fehim Ferik

Yayın Koordinasyon

Ahmet Akhan
İbrahim Büyükkuran
Evren Eren
Ebru Çakır

Editorial ve Reklam



bir
Sinerji Grup
markasıdır

Genel Yayın Yönetmeni (Sorumlu Müdür)

Yavuz Temel
yavuz@sinerjigrup.com

Reklam ve Pazarlama Grup Direktörü

Sevil Armağan
sevil@sinerjigrup.com

Yayın Koordinatörü

Gökrem Gülcü
gorkem@sinerjigrup.com

Reklam ve Rezervasyon

Faruk Murat
faruk@sinerjigrup.com

Görsel Yönetmen

Didem Siyahkaş

Grafik Tasarım

Ezgi Beceni, Hakan Baykul

Editörler

Fatih Şamlı, Kemal Aydın, Merve Nur Üner

Yönetim Yeri

Uğevler Mh. Uğevler Cd. No: 31 Nilüfer / BURSA
0.224 252 52 24
sinerji@sinerjigrup.com
www.sinerjigrup.com

Baskı-Cilt

İMAK OFSET BASIM YAYIN Tic. ve San. Ltd. Şti.
Merkez Mh. Atatürk Cd. Göl Sk. No:1
Yenibosna Bahçelievler İstanbul TÜRKİYE
Tel: 0212 666 49 97 www.imakofset.com.tr

Reklamlar, reklam veren şirketlerin
sorumluluğundadır.

Dergimizde yayımlanan yazı ve fotoğraflar,
yayıncının izni alınarak, kaynak belirtilerek, tam veya
özet alıntı yapılarak kullanılabilir.

Yayın Türü: Yerel süreli aylık dergi

Kapak Fotoğrafı: 123rf



iyi yolculuklar

Alinur AKTAŞ

Bursa Büyükşehir Belediye Başkanı

Bursa'mız, ekonomik ve sosyal ahengin yanında, doğal güzellikleri, şifalı suları, yaz ve kış turizmi olanakları ve zengin tarihi birikimiyle harmanlanmış bir şehirdir. Roma, Bizans, Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinin eşsiz eserleri ile süslüdür. Tarihi ve kültürel miras yoğunluğu bakımından, İstanbul'dan sonra 2. şehirdir. Her karesiyle bir tarih hazinesi olan bu şehir, sahip olduğu bu kültür ve tarih mirasını geleceğe taşımak için de önemli çalışmalar gerçekleştirmektedir.

Ecdad yadigarı eserlerin restore edilerek geleceğe taşınma gayretlerinin son örneği Cafer Paşa Hanı oldu. Beylik Hanı olarak da adlandırılan Cafer Paşa Hanı, 2013 yılında çıkan bir yangında tamamen kül olmuş, sadece doğu - batı belden duvarları kalmıştı. Büyükşehir Belediyesi tarafından 2015 yılında başlatılan çalışmalarla 450 yıllık han, yeniden İnegöl'ün canlı ve dinamik hayatına kazandırıldı.

Kanuni Sultan Süleyman döneminde yaşayan devlet adamlarından Cafer Paşa tarafından 1550'li yıllarda yaptırılan, Vakıflar Genel Müdürlüğü'nün Osmanlı arşivinde bulunan belgeye göre 1800'lü yıllarda tadilat gördüğü belirlenen tarihi hanı, geçtiğimiz ay içinde ilk günkü ihtişamlı görüntüsüyle yeniden hizmete açtık.

Restorasyonun ardından asli işlevi olan ticaret merkezi olarak misyonunu sürdüren tarihi hanın diğer hanlardan farkı, burada çalışan esnafımızın; siyasette, kamuda, sanayide, esnafıkta her geçen gün güç kazanan kadınlarımızdan oluşmasıdır. Tarihi han içindeki bu yapılanmasıyla örnek olan Cafer Paşa Hanı, İnegöl'ümüzün tarihi bir değeri olarak yerini sağlamlaştırırken, ziyaretçilerine de ilham vereceği inancındayım.

Bu vesileyle, tüm vatandaşlarımızın yeni yılını tebrik ediyor, 2018'in sağlık, mutluluk ve huzur dolu geçmesini temenni ediyorum. Hayırlı yolculuklar...



merhaba

Mehmet Kürşat ÇAPAR
BURULAŞ Genel Müdürü

Toplu taşımacılıkta kullanılacak sistemin belirlenmesinde; taşınacak yolcu sayısı, kapasitesi, frekansları ve hacmi birçok değişik faktöre bağlıdır. Genelde bu faktörler bölgeden bölgeye, şehirden şehre ve ülkeden ülkeye değişim göstermiş olsa da, değişmeyen ve değiştirilemeyen tek faktör taşımacılıkta kullanılacak sistemin güvenli, hızlı, ekonomik ve düzgün işleyen sistem olmasıdır. Günümüzde toplu taşımacılık, şehirlerin hızla büyümesi nedeniyle büyük önem kazanmıştır. Şehirlerin bu şekilde gelişmesi karşımıza metro ve hafif raylı sistemleri getirmiştir. Bursa halkını her durumda en yoğun trafikte dahi kendilerini rahat hissedebilecekleri koşullarda taşımak istiyoruz. Tarihi ve kültürel birikimiyle ülkemizin öncü şehirlerinden biri olan Bursa'mız için son dönemde ulaşımında yaptığımız indirimlerin yanı sıra, önceliğimiz, şehirde insanların yoğunluğunun şikâyet ettiği temel konularda küçük dokunuşlar ile hızlı aksiyonlar alabileceğimiz çalışmalar yapmak. Hatta çalışan araç sayısının artırılması, raylı sistemlerde günlük sefer sıklığının artırılması, yolcu kapasitesinin arttırılacağı mühendislik düzenlemelerinin yapılması, ücret tarifelerinin yeniden düzenlenmesi, bizimle beraber bu büyük taşımacılık ailesinin fertleri olan gerek beldelerdeki gerekse de şehir merkezinde çalışan Özel Halk Otobüsleri ile ilgili sorunları çözmek üzere ağırlıklı bir gündemimiz bulunmaktadır. Bu gündem etrafında toplu taşıma ile ilgili çözümler üretmeye çalışıyoruz. Lokal ve küçük dokunuşlar olarak görülen bu maddeler bir araya geldiğinde çok büyük pozitif beslenmeler doğuracağı inancındayız. Üzerinde yoğun olarak çalıştığımız projelerden bir tanesi de

otobüs şoför eşleştirmesinden vazgeçerek otobüsün ayrı, şoförün ayrı planlandığı bir modele geçmek. Dinamik planlama ile mevcut seferlerimizde hiçbir eksilme yapmaksızın 100 araçla icra ettiğimiz bir faaliyeti 80 araçla icra edebilir hale gelmek, böylelikle açığa çıkan 20 araç için ailemize yeni şoförler katarak, daha etkin, daha az yoğun hatlar oluşturmak gibi somut bir planımız bulunmaktadır. Diğer orta vadeli bir çözüm olarak da planlamalarımız arasına dahil etmiş olduğumuz BursaRay hattını yeniden dizayn ederek iki dakika işletmeciliği yapabileceğimiz bir yapı oluşturmak. Sinyal sistemimizde yapacağımız yeni düzenleme ile hatlara daha sık tren göndererek yoğunluk problemini de ortadan kaldırmayı hedefliyoruz. Ulaşım sektöründen sanata ve spora kadar her alanda desteğimizi esirgememekteyiz. 3 Aralık Dünya Engelliler Günü'nün ülkemizdeki tüm engelli vatandaşlarımız için hayırlara vesile olmasını diliyorum. Engelli kardeşlerimizi teşvik etmek, ihtiyaç duydukları yardım elini uzatmak, kalplerdeki ve zihinlerdeki engelleri hep birlikte kaldırmak için gayret göstermek, sorunlarının çözümünde onlara destek olmak, onların hayatlarını kolaylaştıracak her adımda yanlarında olmak hepimizin görevidir. BURULAŞ olarak toplumumuzun ayrılmaz bir parçası olarak gördüğümüz engelli vatandaşlarımız ve ailelerinin yaşama katılımlarını kolaylaştırmak için ulaşım sektöründe birçok yenilik, kolaylık sağlayacak çalışmalarımız olacak ve bu yönde de devam edeceğiz. 2018 yılının tüm ulusumuza ve dünyaya barış ve huzur getirmesini diliyorum.

Şimdi Ev Almanın Tam Zamanı



Sadece
Dublekslere
Özel
Görülmemiş
Fiyat



Bu yatırım geleceğinizi garantiye alacak!

- Fotovoltaik enerji sistemi • Gri su sistemi
- 5000 m2 yeşil ve sosyal alan • Kapalı otopark
- Kapalı yüzme havuzu • Çocuk oyun alanı
- Klasik Türk hamamı • Sauna • Spa • Fitness salonu
- Özel güvenlik • Kapıcı hizmeti • Sinema ve toplantı salonu

Ataevler
Emek 23
Modern

Ataevler Mh. Gaziosmanpaşa Cd. Şeyh Edebali Camii yanı
Nilüfer/Bursa Tel: 444 2 056 / 0545 329 99 49 / 0549 616 16 24

  mersangroup
www.mersangroup.com



albüm



Gülben Ergen

Yansın
Bakalım

Gulben Ergen'in Sezen Aksu imzalı merakla beklenen yeni şarkısı "Yansın Bakalım" yayınlandı. Gulben Ergen, daha önce pek çok defa şarkılarını söylediği Sezen Aksu'nun söz ve müziğine imza attığı "Yansın Bakalım" şarkısını single olarak müzikseverlerin beğenisine sundu. Arka arkaya çıkardığı ve dinlenme rekorları kıran single albümlerine bir yenisini daha ekleyen Gulben Ergen, yeni şarkısı "Yansın Bakalım"la müzik listelerinde yine zirveye yerleşecek. Söz ve müziği Sezen Aksu imzalı olan "Yansın Bakalım"ı yeni albümanın müjdecisi olarak gören Gulben Ergen "Sezen Aksu'nun uğuruna inanıyorum. Hazırladığım albümümde de uç harika şarkı ona ait. Ama 'Yansın Bakalım'ı ilk dinlediğimde çok sevdim ve hemen stüdyoya girip okuyarak dinleyiciyle buluşturmak istedim" diyor.



top 10



1. Zalım - Ceylan Ertem
2. İki Aşık - Ersay Üner
3. Gömün Beni Çukura - Eypio
4. Mıhrıban - Musa Eroğlu
5. Eteği Belinde - Manuş Baba
6. Üzülmedin mi? - Simge
7. Vay Delikanlı Gönüm - Ahmet Şafak
8. Gel De Uyu - Soner Sarıkabadayı
9. Dönersen Isık Çal - Manuş Baba
10. Nasılım Biliyor musun? - Gripin



çok satanlar



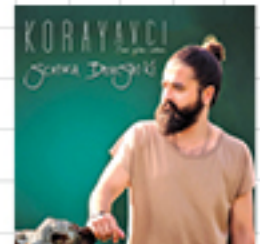
MUSTAFA
CECELI
Simsiyah



FUNDA ARAR
Aşk Olsun



KALBEN
Sonsuza Kadar



KORAY AVCI
Sonra Dersin Ki



FERHAT GÖÇER
Bu Kalp İçinde
Teksin



MANUŞ BABA
Dönersen
Isık Çal

BEBEĞİNİZİN ODASI HAZIR MI?



SELENA BABY
BEBEK KARYOLASI

499₺



Düşük formaldehit oranına sahip hammadde kullanımı.

çilekodasi



İzmir Yolu
T: 0224 247 9900

Yalova Yolu
T: 0224 261 1288

Mudanya Yolu
T: 0224 241 9966

İnegöl Mobiliyum Avm
T: 0224 714 0030

Millet Mahallesi
T: 0224 502 2047

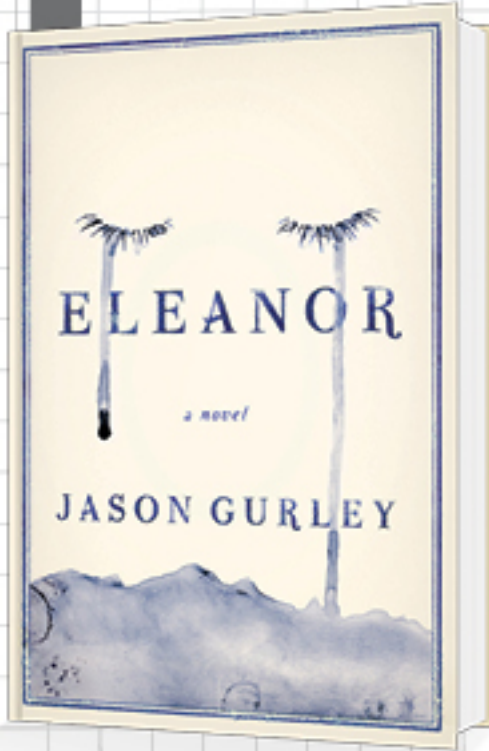
çilek.com



Eleanor

Künye

Yazar: Jason Gurley
Sayfa Sayısı: 480
Yayinevi: Arunas Yayıncılık



1985. İkiz kardeşinin olama Eleanor'un ailesini darmaduman eder. Babası kazadan annesini sorumlu tutar. Annesi Eleanor'a baktığında, yalnızca kaybettiği kızını hatırlar. Yara almış aile ortak kederlerinin ağırlığı altında parçalara ayrılır. 1993. Olay ilk cereyan ettiğinde... Okulda sıradan bir kapıdan geçip kendini başka bir dünyada bulduğunda, Eleanor on dört yaşındadır. Aynı olay üst üste tekrarlanır, fakat uçurumun kenarındaki o güne dek bir meraktan öteye geçmez. Eleanor'un dalmak için atladığı ve bir şeylerin Eleanor'u zamandan koparıp aldığı o güne dek... Öteki tarafta ise onu bekleyen biri vardır. Eleanor sizi şaşırtacak gerçekten dokunaklı, hareketli bir hikâye. Roman, kafasında geleneksel bir trajik anlatıyı, bilim kurgu ve fantastiğin zorlayıcı unsurlarıyla çeviriyor. Son sayfalarda bir dizi duygusal kısma vuran birden fazla seviyede çalışan, sizi gizleyen dokunaklı bir hikâye.



çok satanlar



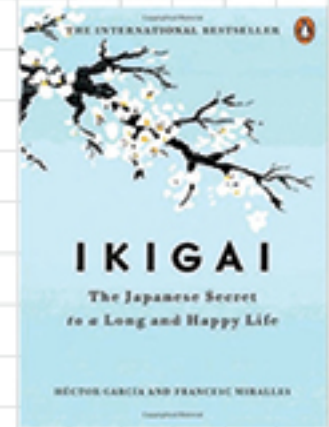
Abum Rabum
İSKENDER PALA



Elon Musk
Tesla SpaceX ve
Muhteşem Geleceğin
Peyinde
ASHLEE VANCE



Uсталık Gerektiren
Kafaya Takmama
Sanatı
MARK MANSON



Ikigai-Japonların Uzun
ve Mutlu Yaşam Sırrı
HECTOR GARCIA,
FRANCESC MIRALLES

Keyifli Tatlar



Kahve6
Cafe & Bistro

ATATÜRK KENT MEYDANI
Tabaklar Mah. Hüsnü Eken Sok. No:16/1
Karacabey BURSA

☎ 0224 677 00 61

f kahve6.karacabey



Arif V 216



Künye

Vizyon Tarihi: 5 Ocak 2018
Tür: Komedi, Bilimkurgu
Yönetmen: Kıvanç Baruönü

Robot olan 216, insan olmanın hayalini kurmaktadır. Uzaydan dünyaya çok sevdiği arkadaşı Arif'in yanına gelir ve insan gibi yaşamaya başlar. Sıradan insanlar gibi bir yaşam sürmeye çalışsa da farklılığı kimsenin dikkatinden kaçmaz. Yeni yaşantısını alışmaya çalıştığı sırada aşk da kapısını çalmıştır. Robot olduğunu herkesten saklamaya çalışan 216 bunu başaramaz. 216'dan ilham alan bir iş adamı, onu herkese tanıtır ve kopyalarını yapmak ister. Sunduğu cazip tekliflerle 216'yı kandırmayı başaran iş adamı, onun sayesinde geleceği değiştirecektir. Arif bu korkunç planı öğrenir ve hem dünyayı hem de 216'yı kurtarmak için bir mücadeleye girer.



vizyondakiler

İNGİLTERE
BENİM



ARAMIZDAKİ
SÖZLER



YOLCU



SEVGİSİZ



SINIRLI SAYIDA OFİS İÇİN
**İŞİN İÇİNDE
İŞİN
EN TEPEİNDE
%18 KDV CEPTE**

2017'NİN EN İYİ OFİS PROJESİNDE
OFİSLER VE DÜKKANLAR
EN İYİLER İÇİN HAZIRLANIYOR.

**SKY
TOWER**



%18
KDV
AVANTAJI

*ERKEN FATURA
AVANTAJINDAN
YARARLANIN!

PROJEYİ 3 BOYUTLU GÖRMEK İÇİN;

- 1-  Google play den "bursaskytower" uygulamasını indirin.
- 2- Uygulamayı açın.
- 3- Telefonu sayfaya tutun.

www.skytower.com.tr

SATIŞ OFİSİ
0224 211 21 10



Dunkirk



Künye

Yönetmen: Christopher Nolan
Tür: Savaş filmi, Tarihî, Dram
Yapım: 2017

Sinema dâhisi Christopher Nolan (Interstellar, Inception, The Dark Knight Üçlemesi) başrollerini Fionn Whitehead, Kenneth Branagh, Mark Rylance ve Tom Hardy'nin paylaştığı gerilim dolu destansı bir başyapıt ile karşınızda. Düşman kuvvetleri tarafından Dunkirk kıyılarında kuşatılmış yüzbinlerce İngiliz ve müttefik askerinin hikâyesi, karada, havada ve denizde gözler önüne seriliyor. Kıyıdaki savunmasız askerleri korumak için İngiliz Kraliyet Hava Kuvvetlerine ait Spitfire savaş uçakları, Manş Denizi üzerinde düşmanla çatışmaktadır. Bu arada yüzlerce kaçık tekneyle askerlerin yanında siviller de zamana karşı canları pahasına büyük bir macadele vererek ordularının en azından bir kısmını kurtarmaya çalışmaktadır.



çok satanlar

ÇILGIN HIRSIZ 3

KAÇAKÇI

KARA KULE

LABİRENT:
ÖLÜMCÜL KAÇIŞ



ZAFER'DE ALIŞVERİŞ DEMEK AUDI



Her 100 TL'lik alışverişe Audi Q2
kazanma şansı Zafer Plaza'da.

1 KASIM 2017 - 15 MART 2018



TORUNLAR TİC. A.Ş.

zafer plaza BURSA
ALIŞVERİŞ VE YAŞAM MERKEZİ

Bu kampanya MİT Piyango İdaresi Genel Müdürlüğü'ne 14/10/2017 tarih ve 34953145-255.81.83-E.4034 sayılı tebliğ ile duyurulmuştur.



39 Basamak Bursalılarla Buluşuyor



Mehmet Birkiye'nin yönettiği 39 Basamak, Atatürk Kongre Kültür Merkezi Osmangazi Salonu'nda sizlerle... 1935 Ağustos'u, Richard Hannay (Engin Hepileri), can sıkıntısını dağıtmak üzere bir tiyatro oyununa gitmeye karar verir.

Hannay, o gece tiyatrodaki gizemli güzel Annabella'yla (Demet Evgar) tanışır ve kendini Londra'dan İskoçya'ya uzanan çok komik, heyecanlı, hareketli, çılgın bir casusluk serüveninin ortasında bulur. Bu serüvende ise onlara pek çok rolle

karşımıza çıkan soytarılar (Okan Yalabık ve Bulent Şakrak) eşlik eder. 14 Ocak Pazar günü saat 19:00'da sahnelenecek oyun, 9 sene boyunca aralıksız olarak sahnelendiği West End'in en uzun soluklu yapımlarından biri olmuştur.



nerede ne var?



Damdaki KemanCI
Zorlu PSM- Drama
Sahnesi, İstanbul
02.01.2018, 20:30



İşİltılı Haşereler
İkincikat, İstanbul
05.01.2018, 20:30



7 Kocalı Hürmüz
Türker İnanoglu
Maslak Show
Center, İstanbul
06.01.2018, 20:30



Aşk Bir Şey Değildir
Bursa Tayyare
Kültür Merkezi,
Bursa
16.01.2018, 20:30



Canbolu mahallesi, Şifa sokak, no: 9
Karacabey Devlet Hastanesi karşısı,
16700 Karacabey/BURSA

 /tavacirefik

 0 (224) 676 92 39

1.

Dudakların koruyucu kalkanı

Kış mevsiminin yaşandığı bu dönemde ılık esen rüzgâr, yerini soğuk havalara bırakırken, dış etkenlerden oldukça etkilenen dudakların kurtarıcısı Bioderma Atoderm Lip Stick ve Atoderm Lip Balm oluyor. İhtiyaç duyulan sıklıkta kullanıma uygun olan Atoderm Lip Stick, pratik kullanımıyla çantaların vazgeçilmez ürünleri arasında yerini alıyor. İçeriğindeki shea yağı ve vazelin sayesinde dudakların beslenmesine ve onanmasına yardımcı olurken, dudaklardaki nemsizliği gideriyor. Atoderm Balm ise çok kuru ve çatlamış dudaklara sahip olanların dudaklarını derinlemesine nemlendiriyor. İçeriğindeki vazelin, shea ve avokado yağı ile dudakların beslenmesine ve onanmasına yardımcı oluyor.



2.

Pürüzsüz bir cilt için



Lierac Laboratuvarları tarafından özel olarak geliştirilen Body-Hydra sayesinde vücudunuz gün boyu ihtiyacı olan neme kavuşurken sıkılaşıp pürüzsüz bir hal alıyor. Vücudu için nemlendirici ve sıkılaştırıcı bakım isteyenlerin vazgeçilmezi olacak Body-Hydra serisi Hydra-Plumping Lotion ve Nutri-Plumping Cream'den oluşuyor. Body-Hydra özel içeriğine bulunan çift Hyaluronik asit ile yüzeyde cilde kaybettiği nemi kazandırırken, derinde ise dolgunluk sağlıyor. Serinin formülündeki silisyum ile elastin ve kolajen üretimini artırarak cildi yeniden yapılandırırken, amber çiçeği özü ise hücre yenilenmesini aktif hale getirerek cilde pürüzsüz bir görünüm kazandırıyor.

3.

İskandinav şıklığı

English Home, eşsiz özel desenlerle hazırlanan 2018 kış koleksiyonu "Scandinavian Winter" 1 sundu. Kışın doğasına uygun



esintilerle, beyaz rengin sade şıklığından ilham alan tasarımlar; yapay kürkten porselenlere, yılbaşı süslerinden kılentilere, yaşam alanlarınıza kışın tüm güzelliklerini taşıyor. Dönemin yükselen trendi; İskandinav etkisiyle özel tasarlanan ev dekorasyon eşyalarında; gri, antrasit, lacivert ve ahşap tonları hakim.

**COLDWELL
BANKER** 

KRİSTAL
GAYRİMENKUL

**DOĞRU KAZANÇ
HAMLE SAĞLAR!**



E-TİCARETTE EN 'AKILLI' TERCİH

Akıllı Sepet Nedir?

Akıllı Sepet ilgilendiğiniz ticari alanlarda firmanıza özel e-ticaret sitesi şeklinde hizmet verir. Akıllı Sepet'te her sektöre uyumlu e-ticaret sitesi mevcuttur.

Sizin de
7/24 sanal
mağazanız
olsun.



AKILLI SEPET SEKTÖREL E-TİCARET SİTELERİ

*Akıllı Sepet
e-ticaret
paketleriyle
kazancını
katlayanlar
burada
sen neredesin?*



Emlak

Fast-Food



*Akıllı tüccarlar
yerini alıyor,
yeni nesil
ticaretle
kazanıyor.*



Çiçekçi

444 6 839
www.akillisepet.com.tr

1. Bütçe dostu Huawei Honor 9 Lite

5.65 inçlik 18:9 ekranı bulunan Honor 9 Lite, hem ön hem arkada bulunan çift kamerası ile üst düzey fotoğraf kalitesi vad ediyor. Honor 9 Lite teknik özelliklerine bakıldığında seviyesine göre iyi denebilecek bir donanıma sahip. Üstelik cihaz Honor 9'a göre nispeten daha zayıf bir işlemciye sahip olmasına rağmen Android Oreo üzerine kurulan EMUI 8 arabirimi ile oldukça iyi performans sergileyecektir. Honor 9 Lite'ın 3GB RAM+32GB ROM'lu versiyonu 649



TL+Vergiler, 4GB RAM+32GB ROM'lu versiyonu 869 TL+Vergiler, 4GB RAM+64GB ROM'lu versiyonu ise 1049 TL+Vergiler fiyatı ile 26 Aralık'ta satışa sunuldu.



2. Under Armour spor keyfinize aksesuarları ile eşlik ediyor

Global performans spor giyim ve aksesuar markası Under Armour, geniş ürün yelpazesi ile spor yaptığınız anlara eşlik ediyor. Under Armour'ın aksesuar koleksiyonları hem şıklığınızı tamamlıyor hem de hayatınızı kolaylaştırıyor. Under Armour'ın ürün yelpazesinde kış ayları için; UA Favorite Örgü Bere, UA Around Town Bere, Erkek UA No Breaks Armour® Liner Eldiven, UA Performance HeatGear® Koruyucu ve UA Zonal Comp Baldır Koruyucu yer alıyor. Sportif performans odaklı ürünleri ile öne çıkan Under Armour, sunduğu aksesuar kategorisi ile de bu iddiasını sürdürüyor. Under Armour'ın kadın koleksiyonunda UA Koşu Kemer, UA Kabartmalı Saç Bandı, UA Resistor Antrenman Eldiveni ve 6" UA Performans Bileklikler öne çıkarken; erkek koleksiyonunda ise UA Resistor Eldiven, UA Flux Eldiven dikkat çekiyor.

3. Samsung yeni Soundbar'ını tanıttı

Samsung duvara monte edilebilen bir "soundbar" yani tek hoparlörlü ses sistemini tanıttı. NW700 Sound+ adını alacak olan bu model, özellikle de büyük ekran televizyonlar için tv ünitesi kullanmak yerine duvara asmayı tercih edenlere yönelik çıkacak bir ürün gibi duruyor. Samsung 5 cm kalınlıkta olacak yeni soundbarın önceki modele göre



%41 daha dar olduğunu söylüyor. Kendi içerisinde dahili Subwoofer'a sahip olacak modelin ayrıca sesteki bozulmaları engelleyici yüksek ses verebilen hoparlörlere sahip. Daha önceki modeller gibi Standart Mod ve Surround Mod'a sahip olacak cihaz, bu sefer bir de ses ayarını ortama ve sesin kendisine göre yapan bir Akıllı Mod ile birlikte gelecek.

BİZ YÜRÜMEYİ BİLENLERLE DEĞİL,
KOŞMAYI SEVENLERLE
ÇALIŞIYORUZ.

CIHAN
MATBAA



Gala gecesi ihtişamı

Tarihi boyunca Swatch, şehir stilini İsviçre yüksek saatçiliğiyle harmanlayarak koleksiyonlarını sundu ve bu ruh Sonbahar/Kış koleksiyonuna da yansıdı. 5 alt koleksiyonuyla birlikte Sonbahar/Kış 2017 koleksiyonu doğayı, renkleri ve cazibeyi eklektik bir dokunuşla yorumluyor ve ortaya zamansız saatler çıkıyor. 5 alt temadan biri olan "A Gala Night" (Gala Gecesi) ışıltıyı ve parlaklığı saatlerle buluşturuyor. Altın renginin cazibesi ve gümüşün ihtişamı ile öne çıkan koleksiyonda yer alan elegant modeller, spotların altında parıldamak isteyenler için ideal!



FLO ile sıcak bir kış

Kış aylarının soğuk günlerinde sıcak ve şık adımlar atacağınızı müjdeleyen FLO, modanın nabzını tutan ayakkabılarıyla bir kez daha ayakkabı severlerin kalbini fethediyor. Kadın, erkek, çocuk ve spor kategorilerinde sezonun en şık modellerinin sergilendiği 2017 - 2018 Kış Koleksiyonu, sımsıcak bir kış mevsimi yaşıyor. FLO, kışın soğuk günlerinde, her tarza hitap eden yüzlerce modeliyle kombinleri kusursuzca tamamlarken, ayaklara da konforlu adımlar sunuyor. Yükselen bir trend olan ve High Cut olarak adlandırılan bileğe kadar uzanan botlar, zamanın ruhuna uyan kombinlere kusursuzca eşlik ediyor.



Kaban modası Koton'da

Kadınların kış stillerini vurgulayan mont ve kaban modelleri arasında her iki yüzü de giyilebilen montlar, ekoseli ve kapüşonlu kabanlar göz alıcı renklerle yer alıyor. Fuşya, saks mavisi, sarı ve kırmızı gibi birçok farklı renk seçenekleri ile sade, canlı ve enerjik stilleri tamamlayan Koton, yeni sezon mont ve kaban modelleri ile kadınların kış rahatlığına şıklık katmaya devam ediyor. Sezon trendlerine uygun bir kış stili yaratmak isteyen moda tutkunları, Koton'da bu sene kaban ve mont tasarımlarında sezonun moda renkleri olan fuşya, saks mavisi, sarı ve kırmızı gibi canlı renkler ve modeller yer alıyor.



TAKASLA DEĞERİNİ KATLA

ARSANIZI, KONUTUNUZU,
ARACINIZI TAKAS YAPIN,
YATIRIMINIZIN DEĞERİNİ KATLAYIN.

Takas sistemi ile bilir kişilerce
değeri belirlenen gayrimenkullerinizi ve
binek araçlarınızı yüksek kazanç getirisine
sahip kârlı yatırımlara dönüştürüyoruz.
En büyük projelerin kesiştiği lokasyonlarda,
doğru ve kazandıran yatırımın yol
haritasını çiziyoruz.



KAZANÇLARLA DOLU
BİR YENİ YIL
DİLEĞİ İLE



ÖZTARLACI TAKAS
YALIMH. SANDAL SK. NO:7/A
GÖZELYALI / MUDANYA / BURSA
T: 0224 612 12 50 GSM: 0535 837 77 42

**öz
tarlacı**
Gayrimenkul Danışmanlığı
Emlak Alım Satımı

ÖZTARLACI GAYRİMENKUL
ZÜFERBİY MHL. TUNALI SK. NO:16
MUSTAFAKEMALPAŞA / BURSA
T: 0224 613 61 68 GSM: 0532 354 54 50

Subaru XV Türkiye'de satışa sunuldu

Subaru'nun sekiz yıl boyunca kullanmayı hedeflemesiyle küresel platformuna sahip ilk modeli Subaru XV, Türkiye'de satışa çıktı. Marka, XV'yi 1.6 litrelik benzinli motor ve simetrik sürekli dört çeker sistemiyle sunmaya devam ediyor. Markanın diğer modellerinde de görülen EyeSight sürüş destek teknolojisi, yeni XV'nin değişilmez parçaları arasında. Subaru, XV'nin tüm versiyonlarında 1.6 litrelik Boxer benzinli motor kullanmaya devam ediyor. 114 beygir güç ve 150 Nm tork sunan bu motorla birlikte aracın ortalama yakıt tüketimi 6,4 litre/100 km olarak paylaşıyor. Tork konvertörlü otomatik şanzımanla kombin edilen bu motor sayesinde 0'dan 100'e 13,9 saniyede eriştirerek maksimum 175 km/s hıza çıkartabiliyor. XV'nin 1.6 litre benzinli Xtra 114.900 TL, Xtreme 124.900 TL, Xclusive 149.900 TL'den ülkemizde satışa sunuluyor.



Yeni Leon Cupra R'nin fiyat ve özellikleri netleşti

Seat'ın yeni Leon Cupra R modeli markanın hot hatch segmentindeki en yeni, en güçlü ve özel versiyonu olarak dikkat çekiyor. Yeni Leon Cupra R ile Seat, Cupra versiyonları hakkında geleceğe yönelik planlarını da bir bakıma ortaya koyuyor. Yalnızca 799 adet üretilen 2018 Seat Leon Cupra R



modelinin 499 adedi manuel vites iken 300 adedi ise DSG şanzımanlı olarak üretildi. Manuel versiyon, turbo şarjlı

2.0 litrelik motor ile donatıldı. Bu motor 306 hp güce sahip olurken otomatik versiyon ise 296 hp güce sahip. Sunulan iki vites seçeneği ile 0-100 km/s hızlanmasını yalnızca 5,8 saniyede tamamlayabiliyor. Maksimum olarak yaptığı hız ise 250 km/s olarak tespit edildi. İlk satışların yılsonunda teslimatı yapılması beklenen yeni Cupra R modelinin başlangıç fiyatı ise 35 bin Euro olarak belirlendi.



2019 model Grand Cherokee görücüye çıkıyor

Detroit Fuarı'nda 2019 Grand Cherokee'nin tanıtım etkinliğini düzenleyeceğini duyurmasıyla birlikte Jeep, modelden ilk resmi görselleri de paylaştı. Makyaj kapsamında tampon ve ışıklandırma önemi oranda elden geçirilen Grand Cherokee'nin ızgaralarında da çizgisel farklılıklar mevcut. Standart versiyonlarda sis farları tamponun alt bölümüne yerleştirilirken Trailhawk versiyonunda sınırların genişletilmesi düşünülerek bu yapı daha üstte konumlandırılıyor. Artık Compass'a daha çok benzediğini görülen modelin arka kısımda değişikliklerse çok daha ufak çapta. İç kısımda ufak çizgisel farklılıklar dışında neredeyse hiçbir değişim yer almazken daha fazla metalik ve ahşap detaylarla kalite algısının artırılması üzerine gidilmiş. Motor bölümüyle ilgili henüz resmi bir bilginin paylaşılmadığı 2019 Grand Cherokee'de, yeni Wrangler'da gördüğümüz 2.0 litrelik dört silindire motorun yer alması bekleniyor.

GÖKÇEN PRIME

LIFELINE

SINIRLI SAYIDA DAİRE İÇİN

ERKEN FATURA AVANTAJINDAN YARARLANIN!

medyaadisi.com



%18

KDV
AVANTAJI

SATIŞ OFİSİ

0224 223 20 20

www.demirdemirtas.com



Dış görünüşü
patatese,
yetiştirilme şekli
havuca, tadı ise
turp ve enginara
benzeyen yer
elması kendine
özgü iddiasını
faydalarıyla
kanıtlıyor.

✦ Görkem GÜLCÜ

yer şifa kapsülü elması

Kış mevsiminin soğuk yüzünden, hastalıklarından ve depresif havasından kurtaran sağlık deposu sebzelerin başında gelir yer elması. İster çiğ, ister zeytinyağlı, ister et yemeklerinde isterseniz de salatalarda tüketebileceğiniz bu yumru sebzenin, faydalarını öğrendiğinizde sofralarınızda daha çok bulundurmak isteyeceksiniz.

İNÜLİN KAYNAĞI

Yer elmasının içinde önemli miktarda inülin maddesi bulunmaktadır. İnülin, kolon kanserini önleyicidir, bağırsaklar için çok faydalı etkileri vardır. Bunlara ek olarak inülin, şeker hastalığı, kalp hastalıkları, kanser ve kemik erimesi hastalığı riskini önemli ölçüde azaltır. İnülinin yanı sıra, suda çözünen ve çözünmeyen oldukça fazla miktardaki lif içeriği sayesinde yer elması sindirim sistemimizin çalışmasını hızlandırır ve tok kalma süresini uzatır. Bu yüzden diyet yapanlar tarafından rahatlıkla kullanılır.



HER YÖNDEN ZENGİN

Yer elması lifli bir besin olmasının yanında, bağışıklık sistemi için oldukça önemli olan demir ve çinko içermektedir. Bu doğrultuda demir eksikliği rahatsızlığının tedavisine ek olarak düzenli yer elması tüketmek, vücuttaki demir depolarının çabuk dolmasını sağlar. Yüksek miktarda A ve B vitamini içerir. Tüketimi hem çiğ hem pişirilerek yapılabilir. Yüksek lif içeren yer elmasının yağ oranı ve kalorisi oldukça düşüktür. Bu sebeple diyet yemeği olarak tercih edilebilir.





Zorunlu Trafik Sigortası



Konut Sigortası



İşyeri Sigortası



Sağlık Sigortası



DEĞERLERİNİZ DEĞERLERİMİZDİR

16 yıldır sigortacılık sektöründeki deneyimimize güvenin; aracınızı, konutunuzu, iş yerinizi ve sağlığınıza bize emanet edin.

'Hayatınızdaki riskleri bize devredin, rahat edin.'



İYİ BİR POTASYUM KAYNAĞI

Yer elması muz ile karşılaştırıldığında daha fazla potasyum içerir. Potasyum sağlıklı bir kalp ve kasların düzgün çalışması için özellikle önemlidir. Dahası potasyum olarak zengin gıdalarla birlikte yer elması tüketimi kemik sağlığını geliştirir ve zayıf kemik oluşum şansını düşürür. 100 gram yer elmasında 450 mg potasyum vardır. Potasyum başta kalp olmak üzere vücut fonksiyonları için önemli bir mineraldir ve mutlaka alınması gerekir. Potasyum kaybında kaslarda güçsüzlük, sinirlilik, yorgunluk ve kalp atışlarında düzensizlik görülür. Yer elması bu kadar zengin potasyum oranıyla başlı başına bir şifa kaynağıdır.



KANSERİN SAVAŞÇISI

Çağımızın hastalığı kanser birçok kişinin korkulu rüyası haline geldi. Bu şifalı bitki ile kansere karşı da korunabilirsiniz. Özellikle bağırsaklara fayda sağlayarak kolon kanserine yakalanma riskini azaltır. Bağırsaklardaki toksin maddelerin yok olmasına yardım eder. Ayrıca içeriğindeki A vitamini sayesinde akciğer kanserine karşı da koruma sağlar.

Yer elması obezite ve kanser gibi çağın en büyük hastalıklarına karşı mücadele eden bir sebzedir.





DEMİR GİBİ GÜÇLÜ

Yer elmasında bulunan demir miktarını 87 gram kırmızı et yiyerek elde edebilirsiniz. Yer elması yağ içermediği ve bir kasesinde yalnızca 109 kalori içermesinden dolayı demir tüketimini artırmak için muhteşem bir seçenektir.

Demir, oksijenin bütün hücrelere iletilmesinde aktif olan önemli protein elementlerinden biridir. Demir yetersizliği, bağışıklığı azaltmanın yanında yorgunluğa neden olan hücrelere oksijen ulaşımını sınırlar.

Romatizmal rahatsızlıkların tedavi edilmesinde yer elmasının önemi büyüktür.



ZAYIFLIĞIN FORMÜLÜ

Yer elması zayıflamak ve kilo vermek isteyenlerin, hazımsızlık, kabızlık çekenlerin ve sindirim sistemi sorunu olanların dostudur. Özellikle hafif yemek yemesi gereken hastalar için oldukça idealdir. Obeziteye karşı fayda sağlar. Tüketimi hem çiğ hem pişirilerek yapılabilir. Yüksek lif içeren yer elmasının yağ oranı ve kalorisi oldukça düşüktür. Bu sebeple diyet yemeği olarak tercih edilebilir. Kilo problemi olan kişiler yer elmasının içerisinde bulunduğu yemekleri tercih edebilir.

Helsinki

Kuzeyin beyaz şehri





Finlandiya denince akla ilk olarak “soğuk” gelse de başkent Helsinki; gür ormanları, şirin kasabaları, planlı kentleri, tasarım ve sanatı, ahşap sivil mimarisi görülmeye değer... Şehir, açık renkli granit taşlarla yapılmış mimarisinden dolayı da “kuzeyin beyaz şehri” olarak adlandırılır.

 Kemal AYDIN



Finlandiya'nın başkenti ve bir adalar ülkesi olan Helsinki, sahil koyları ile maviyi, doğal alanları ile yeşilin en güzel tonlarını sunar. Neredeyse her alanda ülkenin merkezi konumundaki Helsinki, yılın büyük kesiminde etkili olan soğuk havasına tezat oluşturan sıcakkanlı insanlarıyla gezginlerin rotalarını süsler.



EN TURİSTİK NOKTA

Helsinki merkezinden 15 dakika süren bir tekne yolculuğu ile ulaşabileceğiniz Suomenlinna Adası ve Kalesi görülecek yerler arasında başta geliyor. Doğa ile tarihi buluşturan, 6 adaya yayılmış kaleden tarihi bölümlerin dışındaki yerler yemyeşil çayırardan oluşuyor. 18. yüzyıl ortalarında İsveç Krallığı'na bağlı olan ülkede, İsveç Kralı'nın emriyle Rusya'nın genişleme politikasına bağlı olarak Rusya'dan gelebilecek saldırılara karşı şehri korumak amacıyla böyle bir kale kompleksi yapılmıştır. Kompleksin içerisinde kilise, müze, restoran, kafe gibi çok sayıda gezebileceğiniz bölüm bulunuyor.

Mavi Yeşil Bir Dünya...



2+1 - 3+1
4+1 DAİRE
SEÇENEKLERİ



HEMEN TESLİM..!

% 0,59
KREDİ EMRANI



KÜÇÜK BİR ST. PETERSBURG

Helsinki, 1812'de Finlandiya'nın başkenti olmuş. Şehrin imarına önemli katkısı olanlardan Alman mimar Carl Ludwig Engel hem Senato Meydanı'na hem de 1852'de tamamlanan Protestan Katedrali'ne (Tuomiokirkko) imzasını atmış. Küçük bir St. Petersburg yaratmaya çalışmış. Günümüzde konserlere, buzdan yapılarla ve snowboard yarışlarına ev sahipliği yapan meydanın görülmesi gereken yerler arasında bulunmasını Carl Ludvig Engel'in 1822-1852 yılları arasında tasarladığı dört bina sağlıyor. Bu binalar kentte çekilen fotoğrafların arka planında sıkça yer alan Helsinki Katedrali, Hükümet Sarayı, Helsinki Üniversitesi'nin ana binası ve Finlandiya Ulusal Kütüphanesi.



Ki! Kart VOLVO S60 KAZANDIRIYOR



Ki! Kart'ınız ile
100 TL'lik
alışveriş yapın
VOLVO S60*
kazanma şansını
yakalayın!

Her alışveriş yeni bir şans.
08.11.2017 - 08.03.2018



Bu piyango, Millî Piyango İdaresi'nin 27.10.2017 tarihli
ve 58259698-255.01.02-E.4575 sayılı izni ile düzenlenmiştir.

ARKAS
OTOMOTİV



Kent Meydanı AVM

*Görseldeki araç ile çekiliş sonucu verilecek araç arasında teknik ve görsel farklılıklar olabilir.

ŞEHİRİN BEYAZ SİMGESİ

Hüküm sürdüğü dönemde Finlandiya Dükü unvanıyla da anılan Rus Çarı 1. Nikolay'a hürmeten 1830-1852 yılları arasında inşa edilen Helsinki Cathedral, mimari güzelliğiyle yıllar içerisinde kentin sembolü haline gelmiş. Neoklasik tarzda inşa edilen katedral, şehrin neredeyse her yerinden görülebilen görkemli kubbeleriyle turistlerin uğrak yerlerinin başında geliyor. Dini yapı, Finlandiya'nın bağımsızlığını ilan ettiği 1917 yılına kadar St Nicholas Kilisesi adıyla da anılmış. Ücretsiz olarak gezebileceğiniz katedralde dini törenlerin dışında evlenme töreni gibi etkinlikler düzenleniyor.

**DOĞA İLE BULUŞMA VAKTİ**

Doğanın en iyi korunduğu yerlerden biri olan Helsinkide çok sayıda park bulunuyor. Limanla Senato Meydanı arasındaki Esplanadi bunlardan biri ve tam merkezde. Yaz mevsiminde yerel halkın kültürel etkinliklere katılmak dışında piknik yapmak için kullandığı park, 1812 yılında açılmış. Heykellerle süslenmiş ve çok sayıda kuşun yaşadığı yeşil alanın çevresinde alışveriş yapabileceğiniz mağazalar ve bir şeyler yiyip içebileceğiniz kaliteli kafeler bulunuyor.



“ Seurasaari Açık Hava Müzesi, Finlandiya'nın çeşitli bölgelerinden taşınmış yapıların içerisinde geleneksel Fin yaşam tarzını tanıtıyor ”

SANAT İLE İÇ İÇE PARK

Helsinki'de mutlaka görmeniz gereken parklardan biri de Sibeliyus Parkı. Finlilerin ulusal bestecisi Jean Sibeliyus'un (1865-1957) adını taşıyan parkta bir büstü bulunuyor, aynı zamanda dev bir orgu simgeleyen bir heykel var. Anıt için açılan yarışmada birinci olan heykeltıraş Eila Hiltunen'in 24 ton ağırlığındaki çelik tüplerden oluşan, büyük, gümüş renkli sürrealist org heykeli beğenilmeyince, yine paslanmaz çelikten yaptığı Sibeliyus maskını da orgun yakınına ilave etmiş.

ŞEHRİN GÖRKEMLİ MÜZESİ

Kentteki tüm caddelerin kesişim noktasındaki Helsinki Merkez Tren İstasyonu'nun tam karşısında yer alan ve görkemli binasıyla dikkatleri ilk bakışta üzerine çeken Ateneum Sanat Müzesi (Ateneum Art Museum), planları Theodor Höijer tarafından çizilen ve 1887 yılında inşası tamamlanan tarihi binada hizmet veriyor. Binası geçmişte Finlandiya Güzel Sanatlar Fakültesi ile Helsinki Sanat ve Dizayn Üniversitesi tarafından kullanılan müzenin koleksiyonu 18. yüzyıl Rokoko portrelerden başlayarak, 20. yüzyıl Deneyisel Sanat Hareketi ile oluşturulmuş tablolara kadar uzanan geniş bir yelpazeden oluşuyor. Müze, Vincent Van Gogh'a ait bir eserin sergilendiği ilk müze unvanını taşıyor.

ÇAĞDAŞ SANAT GEZİSİ İÇİN

Finlandiya Ulusal Sanat Galerisi'nin bir parçası olan ve Fin halkına çağdaş sanat kültürünü aktararak, ülkedeki sanat anlayışını geliştirmeyi amaçlayan Kiasma Çağdaş Sanat Müzesi 1990 yılında açılmış. Başta Ahonen, Reetta, Aiha, Martti, Aken olmak üzere 4.000 yerel sanatçının eserlerinin sergilendiği müze, İskandinav ve Baltık ülkelerini kapsayan tasarım yarışması sonucunda inşa edilen günümüzdeki binasına ise 1998 yılında taşınmış. Koleksiyonu Fin çağdaş sanat akımına ait eserlerden oluşan kültürel yapıyı pazartesi hariç haftanın her günü, 10.00-18.00 saatleri arasında ziyaret edebilirsiniz.





her derdin devası

Kış Meyveleri

Kışın çetin şartlarında güçsüz düşen vücudumuzu yeniden ayağa kaldıran, hastalıklara karşı adeta koruma kalkanına alan kış meyvelerinin faydalarını sizler için derledik.

✍ Fatih ŞAMLI

Kışın habercisi PORTAKAL

- » Kış aylarının en çok tüketilen meyvelerinden portakal, C vitamini yönünden oldukça zengindir.
- » Sadece C vitamini bakımından değil aynı zamanda da B vitamini, potasyum, kalsiyum, magnezyum da içerir.
- » İçerisinde bulunan B vitamini ve fosfor sinir sistemini güçlendirir, bedensel yorgunluğun giderilmesinde faydalıdır.



- » Portakal, karaciğeri güçlendirirken, kanı temizler ve vücuttaki zararlı maddelerin dışarı atılmasını sağlar.
- » Vücuttaki tüm damarları güçlendirerek kalbi korur.
- » Çiçeklerinin kaynatılarak demlenmesi ile hazırlanan çay spazmlara karşı koruyucudur.
- » Portakal düzenli olarak tüketildiğinde zamanla gelişmekte olan böbrek taşlarını dökebilir.
- » Sindirim sisteminin alınan besinleri kolay bir şekilde hazmedilmesini sağlayan maddeler ve bileşenler içermektedir. Bu etkili besinleri sindirmeye yardımcı olurlar.
- » Portakalda bulunan doğal yağlar cildi nemlendirmek için kullanılabilir. Özellikle kuru ciltlerde meydana gelen sorunları ortadan kaldırabilir.



Egzotik esinti KiVi



- » A, E, K vitaminleri ve kalsiyum, magnezyum, potasyum gibi birçok zengin mineral ve elementler açısından oldukça zengindir.
- » İçerdiği yüksek orandaki lif, sindirim sistemi sağlığı için hayati önem taşır.
- » Kivinin içerdiği besin ve elementler kan basıncı seviyesini de sağlıklı bir seviyede tutmaya yarar. Ayrıca kan basıncının sağlıklı bir seviyede bulunması damar ve kalp sağlığı için de önemlidir.
- » DNA hücrelerinin korunması ve hasarlı DNA hücrelerinin onarılmasını sağlayan eşsiz besin kaynaklarından bir tanesidir.



- » Doğal antibiyotik, yani antioksidan özelliği yanında C vitamini deposu olması bağışıklık sistemini kuvvetlendirici en önemli etkidir.
- » Günde ortalama 3-4 kivi yemek kanın pıhtılaşma oranını %18 oranında azaltmaktadır.
- » Bağırsakların parazitlerini ve serbest radikallerini temizleyen kivi, çalışmayan bağırsakları hareketlendirir. Böylece dolaylı olarak zayıflamaya da katkı sağlar.



Kırmızı mucize ELMA

- » Önemli bir A, E, B6, C, K vitamin kaynağıdır, bunun yanında yüksek miktarda potasyum ve çeşitli mineralleri içeren su içerir.
- » Elmanın bilinen en önemli faydası, beyaz ve sağlıklı dişlerinizin olmasını sağlamasıdır. Isırılarak yenilen bir elma diş fırçası görevi görür ve diş arasındaki mikropları veya artıkları temizler.
- » Alzheimer hastalığından korur ve beynin yaşlılıktan kaynaklanan etkilerini azaltır.
- » Düzenli olarak tüketilen elma sinir hücrelerinin hasar görmesini engelleyen ve hasarları gideren dopamini artırmaktadır.
- » Günde en az bir elma tüketimi yüzde 28 oranında diyabete yakalanma riskini azaltır. Elmanın içerdiği lifler ise kan şekerini düşürme noktasında önemli görevler üstlenir.
- » Sabahları aç karına tüketilen elma kabızlık sorunlarını giderir ve bağırsakları temizler.
- » Özellikle kırmızı elmada bulunan "quercetin" adındaki antioksidan bağışıklık sistemini güçlendirmede çok etkilidir.



Bin faydalı NAR



- » Nar bol miktarda C vitamini, polyphenol, demir, potasyum içerir ve bağışıklık sistemini kuvvetlendirir.
- » Zengin potasyum içeren ve yaklaşık bir su bardağı nar suyu günlük ihtiyacımız olan C vitamininin yüzde 25'ini karşılar.
- » Nar bir nevi doğal antibiyotik görevi gördüğünden dolayı kalp ve damarlarda bulunan zararlı maddeleri temizler, mikropları öldürür. Her gün sıkılmış bir bardak nar suyu kalp ve damarlara iyi gelir.



- » Narın içerdiği antioksidanlar gribe neden olan mikrop ve virüsleri zararsız hale getirir.
- » Narın içerisinde bulunan beyaz tabaka midenin kuvvetlenmesini sağlar.
- » Cildimizin herhangi bir yerinde meydana gelen yara veya iltihaplara nar kabuğunu sürerek giderilmesini sağlayabilirsiniz.
- » Günde bir adet mevsiminde tüketilen nar sindirim sistemi hastalıklarına iyi gelmektedir.







BAHADIR TATLIÖZ

Doğuştan müzişyen



Son dönemdeki iddialı şarkılarıyla listelerde ilk sıralarda görmeye alıştığımız Bahadır Tatlıöz ile müziğe başlama hikayesini ve bu başarısının sırrını konuştuk.

 Sinerji GRUP

“BİRÇOK
DÜET PROJESİ İLE
ANILDIM, HEPSİ
DE ÇOK SEVEREK
YAPTIĞIM
İŞLERDİ”



Bildiğimiz kadarıyla küçük yaşlardan itibaren müzik ile iç içesiniz. Müzik maceranız nasıl başladı?

Maceram, 6 yaşında konservatuvar hayatım ile başladı. Ailem de müzisyen olduğu için bu yeteneğimi çok erken fark etmişler. Öğrenim hayatımın ilk yıllarında henüz 13 yaşındayken profesyonel olarak sahnelerde piyanist ya da klavyeci olarak çalışmaya başladım. Akabinde hem okul hem sahneler, değişik birçok proje derken yıllar ile birden fazla tarzın içinden geçtim. Dünyanın birçok ülkesinde önemli projelerde büyük müzisyenler ile sahne aldım. Ayrıca özel müzik akademilerinde de müzisyenler yetiştirdim. Eğitimci olduğum bir dönemim de oldu. Yurt içi ve yurt dışında önemli müzisyenler ile "etnik caz" tabir edilen bir tarz üzerine performanslar sergiledim. Dolu dolu bir müzik hayatım oldu diyebilirim.

Müzikal yolculuğunuz her projenizde katlanarak yükseliyor. Bu başarının sırrı nedir?

Sadece müzik ile gündemde kalarak sevenlerimin karşısına çıkmam ve şarkıların üzerinde çok hassas çalışmam olabilir. Bu yol ilk başlarda yavaş gelse de emin adımlarla yürüdüğüm bir yol. Bu zahmetin elbet bir mükafatı oluyor ve geri dönüşlerini muhakkak alıyorsunuz.

Birçok şarkınız dilden dile dolaşıyor ve hit oluyor. Bu yıl "Takvim" single'ını çıkardınız ve müzik dünyasında ses getiren bir çalışma oldu. Takvim'in hikayesini anlatabilir misiniz?

Takvim aslında sene sonu çıkacak albümümde olacaktı fakat mevsime çok uygun olduğunu düşündüğümüz için yaz aylarında dinleyici ile buluşturduk. Sevdiği kıza olan özlemini, dostları ile düzenlediği sürprizlerle dolu bir günde anlatmaya çalışan bir adamın hikayesi var. Naif ve özlem dolu bir aşk hikayesi...

Hediye edin,
yüz binlerin Kur'an'ın
anlamıyla buluşmasında
bir dost da siz olun.

Anlayınca
Çok şey
Değişir



1 SMS
1 HEDİYE
BİR DOST

100bindost yaz,
6236'ya gönder.

Tüm GSM operatörlerinden
1 SMS 12 TL'dir.



100BİN
DOST

www.100bindost.org





6 yaşında konservatuvar hayatım, 13
yaşındayken de profesyonel olarak sahnelerdeki
hayatım başlamış oldu



KALİTELİ VE HIZLI ÇÖZÜM

Koşan Elektrik



TAAHHÜT



PANO



MALZEME SATIŞI



BAKIM



KOMPAZASYON

GÜÇLÜ ÇÖZÜM ORTAĞINIZ



Takvim'in klbinde Buray ve İlyas Yalçıntaş ile birlikte kamera karşısına geçtiniz. Birlikte klip çekme fikri nasıl oluştu?

Biz sosyal hayatta da paylaşımları olan arkadaşlarız. Ben Buray'ın albümüne piyano çaldım mesela. Devamlı yardımlaşırız. Onlar da şarkımın iki küçük bölümünde back vokal yapmışlardı. Sonra, hikayedeki bana yardımcı olan karakterlerin seslerin esas sahipleri olması fikri çok samimi ve sıcak geldi. Klibe

davet ettim ve kırmadılar. Yani bu şekilde çok gerçek oldu her kare.

Bugüne kadar birçok başarılı düet çalışması yaptınız. Bu çalışmalar tesadüfî mi geliyor, yoksa sizin kararınız mı?

Evet bir çok düet projesi ile anıldım ama bu dünya starları arasında çok normal bir şey. Bizim ülkemizde ise yeni yeni gelişen bir birliktelik. Hepsini de çok severek yaptığım çalışmalardı. Yaptığım düetlerden

son iki düetim olan Bilge Nihan ve Ajda Pekkan düetleri hariç hepsi benim fikrimdi. Onlar benim dışımda gelişti.

Şarkı sözü yazıyor, besteliyor, bunları aranje ediyorsunuz, bir de klip çekimi var. Tüm bunlarla uğraşmak ve bunları kontrol altında tutmak sizce de zor değil mi?

Oldukça zor şeyler gerçekten. Diğer meslektaşlarımdan kat be



kat yoruluyorum bu durumda ama değişiyor. İçim rahat hareket ediyorum...

Kliplerinizdeki oyunculuğunuz da bir hayli başarılı. Oyunculuk teklifi gelse kabul eder misiniz?

Kendi yazdığım ve çekeceğim bir projede yer almayı düşünüyorum. Ayrıca teklif gelirse gerçekten ben olmamın gerekli olması ve o role yakışıyor olmam durumunda sıcak bakabilirim.

Eğer sanatçı olmasaydınız hangi mesleği yapıyor olurdunuz?

Aslında futbolda emin adımlarda

ilerliyordum. Bakırköy'de lisanslı oynuyordum minikler ve yıldızlar takımında fakat tercih olarak müzik yolculuğunu seçtim. Müzisyen olmasaydım kesinlikle sporcu olurdum.

Peki hayatınızda rol model aldığınız kişiler var mı?

Rol model aldığım kişi babam oldu tabii. Sonrasında dünya çapındaki müzisyenleri rol model aldım. Bir de usta Aşık Veysel.

Son olarak müzikle ilgili yeni projeleriniz merakla bekleniyor. Gelecekte yapmayı planladığınız

projelerden biraz bahseder misiniz?

Popüler müziğe elbette devam çünkü artık ciddi ve gün geçtikçe daha da büyüyen bir dinleyici kitlem var. Onları asla şarkısız bırakmam. Ama sosyal sorumluluk projeleri ve caz projelerine kaldığım yerden devam edeceğim ileride. Bir de hayata geçirmek istediğim müzik okulu projem var. Yani, nasip olur ise güzel birçok hareket yapacağım. Yakında dopdolu bir albüm sürprizim de olacak müzik severlere. Titizlik ve duygu ile hazırlanan bir albüm.

Siz beni bir de
yemek masasıyken görün!



**AHŞABI
KONUŞTURUR**

İzmir Yolu No: 178/1 (Beşevler Metro İstasyonu) Nilüfer / BURSA +90 (224) 443 09 90

www.safamobilya.com    / safamobilya

safa[®]
MOBİLYA & TASARIM OFİSİ



Mehmet Kürşat
Bursa'nın ulaşımı ona emanet

Çapar

Türkiye'nin en gelişmiş ulaşım ağlarından birine sahip olan BURULAŞ'ın Genel Müdürü Mehmet Kürşat Çapar, yeni dönemde yapılması planlanan faaliyetleri BUDO Yaşam okuyucuları için anlattı.

📷 Fatih ŞAMLI 🎤 Görkem GÜLCÜ



Öncelikle sizi tanımak isteriz. BURULAŞ'taki görevinizden önce birçok önemli çalışmalarda bulundunuz, kısaca anlatabilir misiniz?

1975 yılında Osmaniye'de doğdum. İstanbul Teknik Üniversitesi Elektrik ve Haberleşme Mühendisliği bölümü mezunuyum. Hemen akabinde Marmara Üniversitesi'nde Mühendislik Yönetimi dalında yüksek lisansımı tamamladım. İş hayatıma Ar-Ge mühendisi olarak başladım. İstanbul'da yaygın şekilde kullanılan AKBİL-İstanbul kart ekibinde görev aldım. Buradaki görevimin sonrasında Sentim Bilişim bünyesinde yazılım da dâhil olmak üzere pek çok projede yer aldım. Bu şirketteki 5 buçuk senelik çalışma sonrasında 2011 yılında AVD Teknolojik Çözümleri adı altında aile şirketimiz kuruldu. Burada haberleşme merkezli pek çok projeye ekibimizle birlikte imza attık. Şimdi de Bursa'mızın güzide kurumu olan BURULAŞ'ta Genel Müdür olarak görev almış bulunuyorum.

BURULAŞ gibi Türkiye'nin ilk 500'ünde yer alan önemli bir markanın sorumluluğunu

taşıyorsunuz. Göreve geldiğinizden itibaren öncelikli olarak ele alacağınız çalışmalar ile ilgili bilgi alabilir miyiz?

BURULAŞ hakikaten Türkiye'de toplu ulaşım sektöründe çok değerli bir kuruluş. Daha önce birçok şehrin toplu taşıma sistemlerini inceleme fırsatı buldum. Fakat ilk defa BURULAŞ kadar kapsamlı bir çözüm ile karşı karşıyayım. İstanbul, Ankara ve diğer büyükşehirlerin tamamında raylı sistemleri işleten firmalar, lastik tekerlek işletmeciliğini yapan firmalar, hatta deniz ulaşımını yapan firmalar genelde bağımsız, hatta birden fazla firma şeklinde çalışan yapılarla yönetiliyor. Fakat Bursa bütün ulaşım modlarını beraber bir araya toplayıp şirket haline getirmiş başarılı bir uygulama. Bursa çok hızlı büyüyen bir şehir ve bu hızlı büyüme, sanayisi, üniversitesi ile beraber sabah ve akşam saatlerinde çok yoğun trafiğin olduğu segmentlere bölünmüş durumda. Bunu yönetebilmek için gerek kalabalığı yayararak, gerek kapasiteyi arttırarak, gerek yeni modları sisteme dahil ederek, hatları yeniden düzenleyerek, verimlilik artışı sağlamak istiyoruz.

Bunun dışında bir otobüs yönetim merkezine ihtiyacımız olduğuna karar verdik. Şu anda gerek kendi işletmemiz altında çalışan araçlarla, gerekse de özel halk otobüslerinde teknolojiyi kullanarak araçların nerede olduğunu, duraklara girip girmediğini, duraklarda kapıyı açıp açmadığını, son durağa kadar gidip gitmediğini takip edebileceğimiz, araç içi kamera görüntüleri ile de olayların bir kısmını anlık tespit edebileceğimiz, bir kısmını ise arşivler üzerinden süzebilme yeteneğine sahip olabileceğimiz bir sistemi kurmak istiyoruz. Bu konuda da yönetim kurulumuzun da uygun gördüğü üzere çalışmalarımıza başladık. Kısa zamanda da somut bir eyleme dönüştüreceğiz. Yine orta vadeli bir çözüm olarak; çok uzun ve başarılı bir raylı sistem altyapımız var. Tabi kendi içerisinde temel birkaç sorunu var. Bu kadar uzun hat olması işletmecilik açısından sıkıntılara gebe. Kuzey-Batı olarak iki ayrı kola ayrılması işletim sıklığını ciddi anlamda etkileyen olumsuz bir faktör. Bir teknolojik dönüşüme ihtiyacımız var. Etap etap gelişmiş olan bu sistemde farklı üreticilerin sinyal sistemlerinin kullanılıyor



olması bizim sorunlarımıza yeni yeni sorunlar ekliyor. En kısa sürede hattı yeniden dizayn ederek iki dakika işletmeciliği yapabileceğimiz yeni bir yapı oluşturmayı düşünüyoruz. Sinyal sistemimiz iki dakika olduğu takdirde yoğun olan kola daha sık tren gönderebileceğiz. Böylece Bursa'nın belki de önümüzdeki 20 yılda ana akstaki toplu taşıma talebini de ortadan kaldırmış olacağız. Temel olarak el atmayı düşündüğümüz noktalar bunlar.

Her geçen gün artan nüfus ile doğru orantılı olarak ulaşım ile ilgili ihtiyaçlar da artıyor. Önümüzdeki dönemlere dair ivedilikle almayı düşündüğünüz önlem ve kararları okuyucularımızla paylaşabilir misiniz?

Sanayileşme, çevre ülkelerde yaşanan siyasi ve kültürel problemler ile beraber hızlı artan bir nüfusumuz var. Bursa, Türkiye içerisinde bir çekim merkezi, bununla beraber Türkiye de bir çekim merkezi

haline dönüşünce şehir nüfusları planlanandan daha hızlı artıyor. Bununla doğru orantılı olarak araç sahipliğinde de planlanandan daha hızlı bir artış gözleniyor. Bu da karayolunda ciddi problemlere sebep oluyor. Şehrin trafiğini yönetmek zorlaşıyor. Bir şehrin trafiğini yönetmek zorlaştığında çözüm doğal olarak toplu ulaşım da saklı oluyor. Toplu ulaşımı biraz daha cazip kılacak tedbirlere ihtiyacımız var. Şu anda özellikle besleme hatlarında yani metroya yolcu taşıyan otobüs hatlarında sefer aralıkları yoğun saatlerde olabildiğince sık tutuluyor. Fakat pik saatlerin akabinde yolcularımızı biraz daha bekletmek zorunda kalabiliyoruz. Gün içerisindeki tüm seferleri sık yapabileceğimiz çözümler üzerinde yoğunlaştık. Sistemde kullandığımız araçların daha verimli çalışmasına dönük planlar ile de daha fazla hat işletmeciliği yapabileceğimizi düşünüyorum. Özellikle yoğun saatlerde yaşam alanı olarak odaklanmış mahallelerden iş alanı

olarak odaklanmış mevkilere doğru bir akış var. Terse akışlar ise zayıf, dolayısıyla kapasitenin büyük çoğunluğunu tek yönlü olarak kullandığımız bir şehirde yaşıyoruz. Filoyu daha etkin kullanarak bu sorunu da çözebileceğimizi düşünüyorum.

Artan trafik yoğunluğu ile deniz ulaşımı da önemini gün geçtikçe artırıyor. Bu noktada öncelikte Bursa-İstanbul arasındaki ulaşımı kolaylaştıran BUDO, yolcuların ilk tercihi olmakta. Önümüzdeki senelerde BUDO'nun ulaşım ağı ile ilgili planlanan bir gelişme var mı?

Deniz ulaşımının şehir içi ulaşımında aktif olarak kullanıldığı şehirler var. İstanbul bunların en güzel örneği, fakat Bursa coğrafi konumu dikkate alındığında şehir içi taşımacılıkta deniz yolunu çok etkin kullanabilecek bir durumda değil. Bununla beraber özellikle yaz döneminde Gemlik - Kumla, Mudanya - Kumla, Mudanya - Gemlik arası güzergahlar oluşturulup, Bursa'mızın sayfiye yerleri olan bu noktalarda oluşan ulaşım ihtiyacı deniz yoluyla çözülebilir. Deniz ulaşımı, Bursa'dan daha ziyade İstanbul'a hızlı ulaşım da gündeme gelen bir yöntem. Bu açıdan bakıldığında BUDO'nun gerek daha önce bu taşımacılığı yapan tek firmanın yolcu için doğurduğu riskleri bertaraf etmesi, gerekse de yolcuya alternatif sunması açısından ne kadar isabetli bir karar ve başarılı bir hizmet olduğu da bir gerçek. Biz BUDO'yu vatandaşın daha etkin kullanıp daha verimli hizmet alabileceği şekilde geliştirmeyi düşünüyoruz. Bu doğrultuda vatandaşlarımızdan gelen yoğun talepleri dikkatle takip ediyor ve değerlendiriyoruz. Şu anda İstanbul'da sadece Avrupa yakasına taşıyabildiğimiz yolcumuzu Anadolu yakasına da taşıyabilmek için çalışmalarımız sürüyor. Bu amaçla iki kentin yöneticileri olarak bir araya gelip yolcularımızın tüm ihtiyaçlarını karşılayacak çözümler üretmeyi planlıyoruz.



mekanlar kütüphane

Son olarak BUDO Yaşam okuyucularına neler söylemek istersiniz?

Biz BUDO'yu İstanbul - Bursa arasında kolay erişimi sağlamak amacıyla kurmuş olsak da aslında sunduğumuz en önemli şey deniz keyfi yapabilmeleri... Bir şehre ulaşabilmek için çok daha basit, yorucu, hızlı yöntemler olabilir. Ama biz bütün günün yorgunluğunu atlatıp, kendisini BUDO'ya atan bir yolcunun ortalama iki saatlik bir süre içerisinde, keyifli bir deniz yolcuğu yapmasını istiyoruz. Dertlerinden uzaklaştığı, denizi seyrettiği, uçan martıları süzdüğü, onlarla beraber bir hayal dünyasında gezdiği, keyifli

bir yolculuğa çevirmek istiyoruz. Bu amaçla araçlarımızdaki her türlü imkânı yolcularımızın daha rahat edebileceği bir hale getirmeye çalışıyoruz. Yolcularımızın da fark ettiğini düşünüyorum; araç içerisindeki lavabolarda yaptığımız yenilemeler, güvenlik amaçlı almış olduğumuz önlemler, iskelelerimizde sunmuş olduğumuz kafeterya olanaklarıyla bu yolculuğu bir keyfe dönüştürmeyi amaçlıyoruz. Yolcularımızdan beklentimiz, taleplerini önerilerini bizlere iletmeleri ve talep ettikleri şeyi takip etmeleridir. Onların tavsiyeleri çok daha kaliteli bir hizmet sunmamızı sağlayacak. Tüm yolcularımızın katkılarını bekliyoruz.

BBBUS seferlerimizle Osmangazi Köprüsü ve otobanını kullanarak ortalama 1 saat 15 dakika gibi bir zaman aralığında yolcularımızı Bursa Terminali'nden Sabiha Gökçen Havaalanı'na iletiyoruz.



navigasyonlu

LAZER LIPOSUCTION

bölgesel fazlalıkların etkin tedavisi



jimer estetik
estetik cerrahi ve lazer merkezi

444 4 567

Lazer Lipoliz

Navigasyonlu Lazer Liposuction

Lazer lipoliz veya lazer liposuction, lazer enerjisi ve ışınlarını kullanarak yağ dokusunu ve hücrelerini yok eden son dönem en popüler estetik cerrahi işlemlerinden biridir.

Özel
JİMER HASTANESİ

444 4 567

Lazer lipoliz veya lazer liposuction, lazer enerjisi ve ışınlarını kullanarak yağ dokusunu ve hücrelerini yok eden son dönem en popüler estetik cerrahi işlemlerinden biridir. 2006 yılında FDA onayı alarak etkinliği ve güvenliğini kanıtlanmıştır.

Lazer lipoliz ve liposuction arasındaki farklar nelerdir?

“Lipoliz”, yağ dokusunu eritmek için kullanılan bir terimdir. Eritilen yağın vücuttan çekilmesi işlemine ise “suction” denir. Dolayısı ile bu işleme bütün olarak “lipo-suction” adını veriyoruz. Fakat lazer yönteminde bazı durumlarda erittiğimiz, yani lipoliz yaptığımız yağ dokusunu vücuttan dışarı çıkarmıyoruz ve eriyen yağı vücutun kendisinin atmasını bekliyoruz. Bu işleme de lazer lipoliz adını veriyoruz. Dolayısı ile işlem sonrasında erken dönemde sonuç görmek isteyen kişilerde lazer liposuction, sonuç için bekleyebilecek kişilerde, ki 3-6 ay arası zaman almaktadır, lipoliz işlemi yapıyoruz ve vücutun yağı dışarı atmasını bekliyoruz. Bu iki sistem görüldüğü gibi neredeyse birbiri ile eş anlamlı uygulamalardır.

Hangi bölgelere uygulanır?

Lazer liposuction ile yağ alma yöntemi klasik liposuction uygulanabilen tüm alanlara uygulanır. Kadınlarda en çok göbük, bel çevresi, sırt, kol, basen ve bacak bölgeleri ile gıdı bölgesine uygulanırken erkeklerde daha çok göbük, bel çevresi ve jinekomasti adını verdiğimiz meme bölgesine uygulanır.

Uygun adaylar kimlerdir?

Lazer liposuction yöntemine en uygun hasta grubu, vücut ağırlığı normal sınırlarda olup bölgesel yağlanması olan hastalardır. Egzersiz ve diyetle rağmen vücutumuzun bazı bölgelerinde yağ birikimleri giderilemez. Lazer lipoliz yöntemi, tam da bu dönemde devreye girer ve bölgesel yağ toplanmalarının tedavisini gerçekleştirir.

Lazer lipoliz ile yağ alma işlemi nasıl yapılır?

Lazer lipoliz lokal anestezi (bölgesel uyuşurma) ile de yapılabilen bir operasyondur. İşlem çok küçük kesilerden ve çok ince yapıdaki lazer kanülleri ile yapılır. Fiber yapıdaki bu lazer kanülleri cilt altı yağ dokusunu ısı enerjisi etkisi ile geri dönüşümsüz olarak parçalar. Lazer ışınları sadece yağ hücrelerini etkiler ve vücutumuzun diğer dokularına zarar vermez.

Navigasyon özellikli lazer cihazlarının özellikleri nelerdir ?

Lazer lipoliz cihazlarındaki navigasyon sistemi işlemin güvenlik ve etkinliği arttırmak için tasarlanmıştır. GPS benzeri bir sistemle çalışan bu cihazlar tedavi bölgesindeki tüm alanlara eşit miktarda enerji verilmesine yardımcı olur. Böylece diğer sistemlerde görülebilen çukurlaşma, cilt düzensizliği gibi yan etki ihtimalini en aza indirir.

Navigasyon sistemli lazer liposuction avantajları:

- Lokal anestezi ve bölgesel uyuşurma ile yapılabilir. Narkoza gerek duyulmaz.
- Fazla yağların alınmasının yanında cilt sıkılaştırması da yapar
- GPS Navigasyon etkisi ile yan etki ihtimalini azaltır.
- Navigasyon sistemi ile tüm bölgelere eşit miktarda enerji gönderilir.
- İyileşme süresi çok kısadır.
- Morluk, şişlik ve ağrı gibi yan etki ihtimali diğer yöntemlere göre daha düşüktür.

Bikesphere ile bisikletçiler daha görünür

Dünyaca ünlü lastik üreticisi Michelin, bisiklet sürücüsünü görünür kılan ve trafikteki risklere karşı sürücüyü uyararak Bikesphere adlı bir aydınlatma sistemi geliştirdi. Bikesphere, bisikletçinin etrafını sürekli analiz ederek trafik yoğunluğundaki değişimler hakkında onu uyarıyor. Mesafe sensörü sayesinde yaklaşmakta olan taşıtları tespit edebiliyor ve eğer bir taşıt bisiklete çok yaklaşırsa sistem otomatik olarak bisikletin etrafında hızla dönen 2 kırmızı lazer ışık halkasını devreye sokuyor. Aktive olan bu ışık halkaları, hem bisikletçiyi görünür kılıyor hem de bisikletçiye uyarı niteliği taşıyor.



LG ThinQ ile geleceği kuruyor

LG, kısa süre önce ThinQ adını verdiği yeni alt markasını duyurdu. Diğer birçok teknoloji şirketleri gibi LG de yapay zeka konusuna çok büyük önem veriyor. Geleceğin bu alanda olduğunu iyi bilen şirket, karşımıza yeni alt marka ThinQ ile çıkıyor. Bu isim altında 2018'de satışa çıkacak tüm elektronik ürünlerin (buzdolabı, televizyon veya servisler) yapay zeka özelliklerine sahip olacağı belirtiliyor. Derin öğrenme tekniğiyle kullanıcılara ayak uyduracak ve öğrenecek bu altyapı, cihazların birbirleriyle iletişimini de artıracak. Örneğin bir cihazdaki alışkanlıklarınız diğer cihazlarda da istediğiniz şekilde ayarlanabilecek.



Leatherman'dan İsviçre çakısı gibi saat

Leatherman tarafından geliştirilen şık görünümlü analog yeni saat modeli Tread Tempo, iki farklı renk seçeneğiyle sunulurken esas farkını beraberinde gelen metal kayış ile koyuyor. Bu kayış içerisinde tam 30 tane el aleti yer alıyor. Bunlar arasında yıldız ile düz tornavida, şişe açıcı, cam kancası ve kemer kesici gibi faydalı aletler yer alıyor. Birçok farklı tornavida ucuzu yanınızda taşıyan saat, altıgen uçlara da sahip. Kayışın her bölümüne birden fazla araç yerleştiren Leatherman, acil durumlarda hayat kurtaracak tüm araçları yanınızda taşımanın en şık yolunu bulmuş görünüyor. 200 metreye kadar su geçirmediği ve çizilmez safir cam üzerine kurulduğu söylenen saat, 450 dolar yurt dışı fiyatı bulunuyor.



sinepro

film devam ediyor

Başarı Hedefli Odak Noktamız

Odak noktamızda hep markalarımız ve başarıya giden yol haritamız var.

Detaycı Bakış Açımız

Görüyoruz! Sadece varmak istediğimiz noktayı değil, etrafındaki tüm detayları da gözden geçiriyoruz.



Kaliteli Referanslarımız

Her işimizde kaliteyi ön planda tutuyor, referanslarımızla gurur duyuyoruz.

Bitmeyen Enerjimiz

Kayda değer şeyler için enerjimiz tam! Hem de her zaman.

Tanıtım Filmi ► Reklam Filmi ► Animasyon ► Sosyal Medya Filmi

sinepro.com.tr

yalın lezzetler karması

İSVEÇ

mutfağı



İsveç mutfağının temelini, organik ürünlerle hazırlanmış basit ve besleyici yemekler oluşturur. Sofistike ve karmaşık spesiyallerden uzak, yalın ve modern bir mutfağa sahip olan İsveç; az malzeme ile lezzetli yemekler yaratmak konusunda uzmanlaşmıştır.

👤 Merve Nur ÜNER



İsveç mutfağının diğer dünya mutfaklarından farklı olduğunu söylemekle başlayalım konuya. Diğer mutfaklara nazaran daha basit ve geleneksel değerlerine bağlı olan İsveçliler, mutfak kültürlerine bir hayli düşkünler. İsveç'te deniz ürünleri ağırlıklı bir mutfak söz konusudur ve deniz ürünlerinin her çeşidini bulabilirsiniz. Bunun yanı sıra et, patates, hamur işleri ve süt ürünleri de İsveç mutfağında sıklıkla tüketilir.

Eskiden İsveçliler soğuk iklime karşı dayanıklı olabilmek için yağı çok fazla tüketirlermiş. Ancak 1950'lerden bu yana, bu alışkanlıklarını terk etmişler.



ÖNEMLİ ÖĞÜNÜN ÖZEL EKMEĞİ

İsveçliler kahvaltıda ekmek, tereyağı, ciğer ezmesi, peynir ve marine edilmiş harenğ balığı yerler. Farklı bölgelerde kurabiye, süt, yağ ve reçel ile küçük bir miktar ekmek tüketilir. Ekmekler tamamen İsveç'e özgü kepekli rafine edilmemiş undan yapılır. 'Kraker ekmek' denilen ekmekler adından anlaşılacağı üzere çok ince ve kurudur. Ekmeğin kurumasını sağlamak için, fırında iki kere pişirilir. Geleneksel olarak daire biçiminde olan bu ekmeklerin ortasında küçük bir delik vardır. Bu ekmekler İsveç'te hala ince borulara geçirilmiş olarak balıkçıların yoğun olduğu kıyı dükkanlarında bulunur.





▪ Bebek Ayakkabısı ▪ Patik ▪ Moccs



**“KEMAL TANCA &”
“MOCASSINI”
mağazalarında**

 **ZORLU CENTER**
İSTANBUL

İSTANBUL
CEVAHİR


A PLUS
MARMARA

CAPACITY

galleria®
Alışveriş Merkezi

 **marmara
FORUM**

VIA/PORT
OUTLET SHOPPING


MARMARA PARK

BEYOĞLU

carOUSEL

 **%100
HANDMADE**

 **instagram/wolkebaby**
www.wolkebaby.com

 **%100
ORIGINAL
deri**



BALIK ZENGİNİ MUTFAK

Her ne kadar geleneksel mutfaklarına bağlı olsalar da İsveçliler, Fransız mutfağından, Japon mutfağına kadar birçok uluslararası mutfağı da karıştırmışlar. İsveçliler en çok kuzey denizlerinden çıkarılan yağlı balıkları tüketirler. Hareng ve somon bu balıklardan ikisidir. Tüm deniz ürünlerinin yanında, kümes hayvanları da ağırlıklı bir menüye de sahiptir.



SOMONSUZ OLMAZ

İsveç'te en çok tüketilen besin maddesi balığın en çok tercih edileni de "gravad lax" adını verdikleri somon balığının dereotuyla birlikte marine edildiği yemek türüdür. Dereotuyla marine edilmiş çiğ somon, genellikle başlangıç yemeği olarak tüketilir. Diğer baharatlarla da marine edilen çiğ somon, oda sıcaklığında 1-2 saat, buzlukta 24-48 saat bekletildikten sonra tüketmeye hazır hale geliyor. Hardal sosla birlikte tüketiliyor.



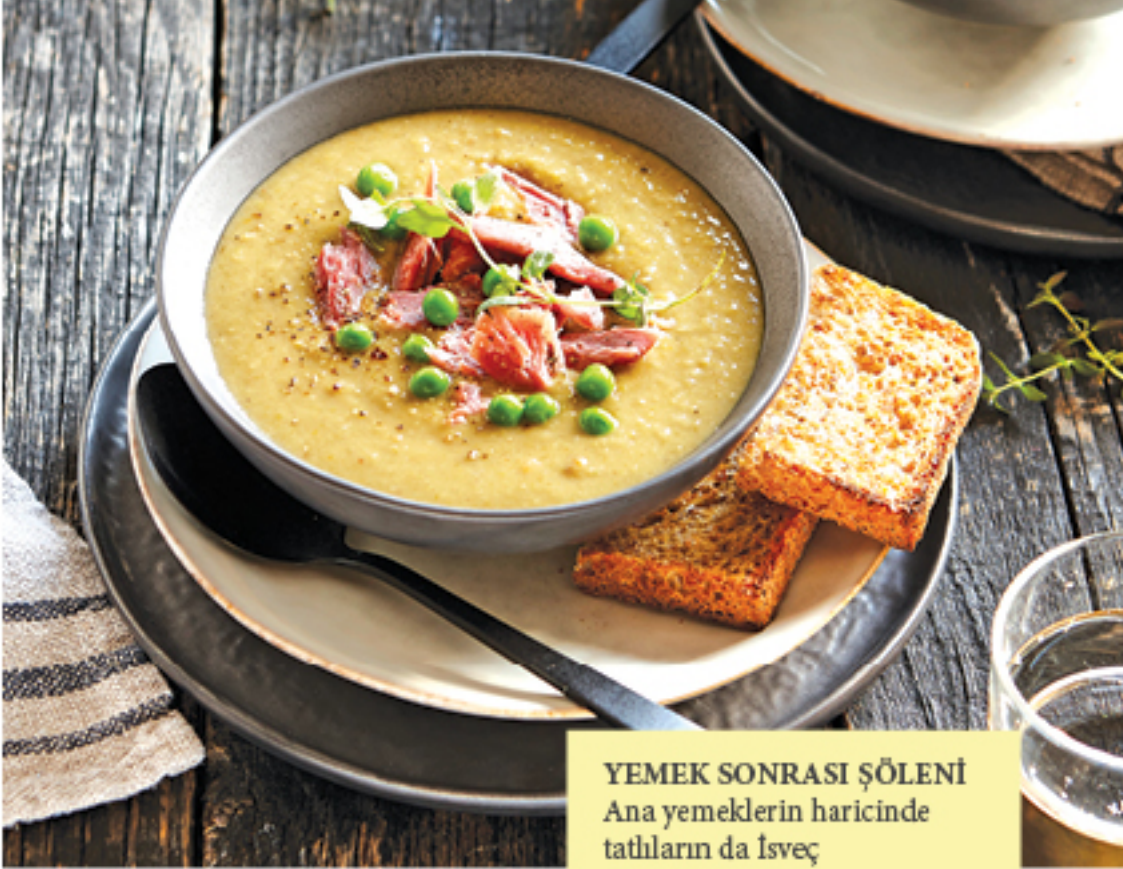
DÜNYACA ÜNLÜ İSVEÇ KÖFTE

İsveç mutfağı denince akla gelen ilk yemeklerden biridir İsveç köfte. Köttbullar adı verilen bu minik köfteler kendine has sosu ile birleşerek eşsiz bir lezzet şölenine imza atarlar. İsveç'te anne köftesi olarak bilinen Köttbullar, özel günlerin vazgeçilmez yemeklerindendir. Genellikle yağ kıymadan yapılan köfteler içerisine eklenen ızgara soğanla bambaşka bir tada bürünür. Et suyu ve krema da üzerindeki enfes sosun bileşenlerini oluşturur. Köftenin içine koyulan ekmeğin kırıntıları ise, köftenin sosuyla birlikte şişerek köfteye yumuşaklık verir.

“

Köttbullar
'lingonberry'
denilen
küçük kırmızı
meyvelerle
yapılan
tatlı bir
sos ve püre
ile birlikte
sunuluyor

”



BİR GELENEK: BEZELYE ÇORBASI

Bilhassa kış mevsiminde, en çok tüketilen yiyeceklerin başında bezelye çorbası geliyor. Yerel halk genellikle İsveç bezelye çorbasının yanında tatlı krep yemeyi tercih etmektedir. Pek çok İsveçli her perşembe bezelye çorbası ve krep yiyerek büyümüştür. Bu, İsveç Silahlı Kuvvetleri tarafından II. Dünya Savaşı'ndan beri sürdürülen bir gelenektir. Çoğu geleneksel restoran perşembe günlerinde dağ kızcılığı reçeliyle beraber bezelye çorbası ve krep servis eder.



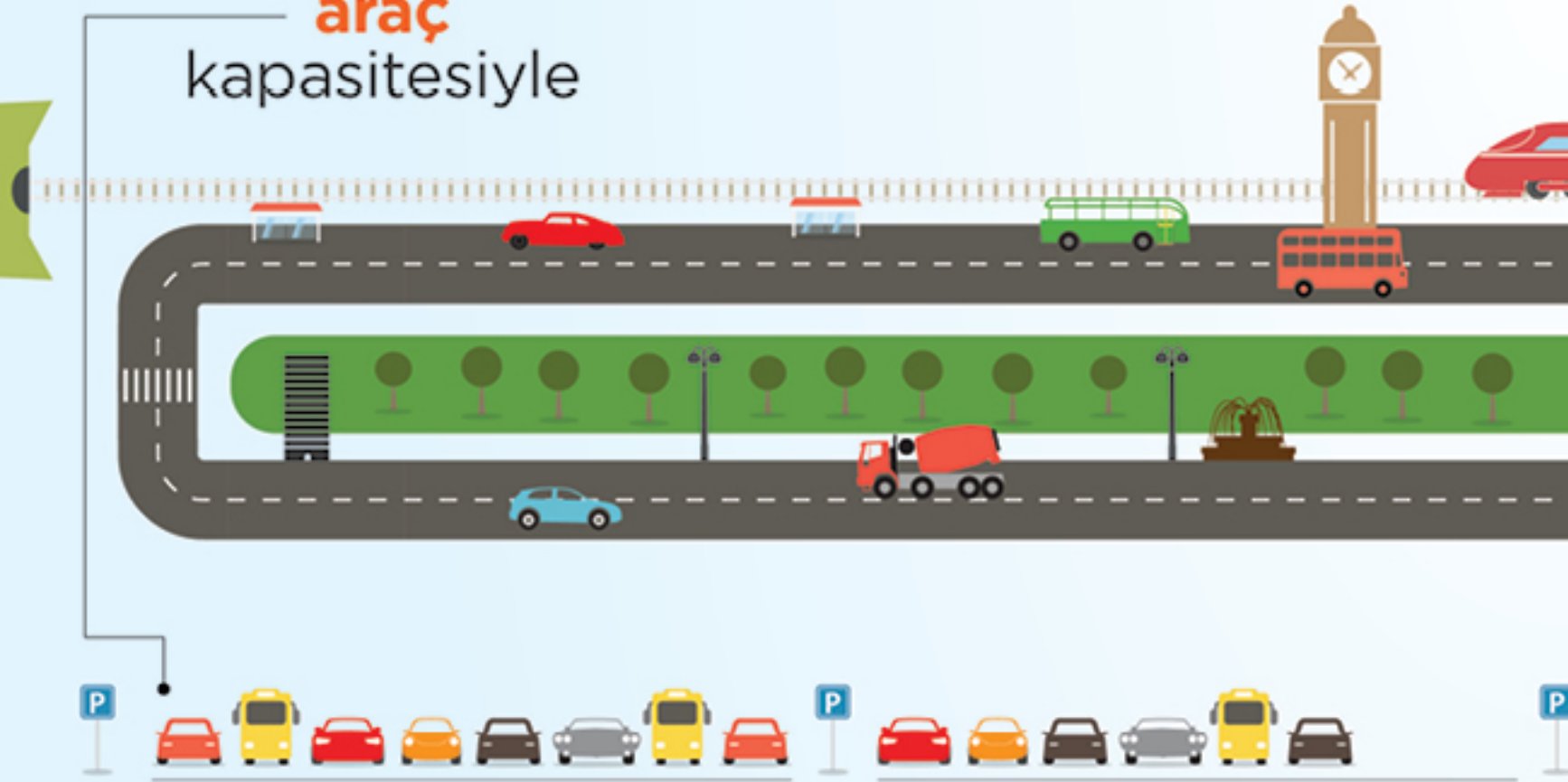
YEMEK SONRASI ŞÖLENİ

Ana yemeklerin haricinde tatlıların da İsveç mutfağındaki yeri yadsınamaz. Uzun bir geçmişi olan bu pasta, ilk olarak 1948 yılında yapılmıştır. Adının prenses keki olmasının sebebi ise, İsveç prenseslerinin bu pastaya hayran olmasıdır. Yeşil marzipan tabaka kullanılarak yapılan pasta, tabanında meyve dolgusu, kekinin üzerinde de muhallebi tabakası içeriyor. Bir diğer önemli tatlıları ise çörekleri. Bu çörekler bol badem ezmesi ve krema içeriyor. Tüketirken de sıcak süte batırılıyor.



BURSA'DA 5 BİN ARAÇ BİR BİL

Bin 500
araç
kapasitesiyle





HER GÜN SAHİBİNİN DİĞİ VAR

Ücretsiz park et,
toplu taşımayla
yola devam et.



Günlük ortalama
5 bin parklanmayla



PARK ET DEVAM ET



BURBAK İLE ARACIN GÜVENDE!



Napoli

gastronomi şehri

Trenle tüm İtalya'yı dolaşmak için kendinize seçebileceğiniz en güzel başlangıç noktalarından biridir Napoli. Dünya çapında ün kazanmış mutfağı ve tarihi ile önemli bir kültür şehridir.

Yaklaşık 3 milyon nüfuslu Napoli, İtalya'nın üçüncü büyük şehri; aynı zamanda Campania bölgesinin de başkentidir. Konum olarak İtalya'nın güneyinde yer alan Napoli'nin, orijinal adı Yunanca neapolis olup "yeni şehir" anlamına geliyor.



TARİHİ MEYDAN

Piazza del Plebiscito, Napoli'nin en büyük meydanı ve San Francesco di Paola Bazilikası ile Royal Palace arasında kalan bir bölgede yer alıyor. Sosyal ve kültürel aktiviteler için toplanma alanı olarak kullanılan Plebiscito Meydanı 19. yüzyılda Napoli Kralı'nın emriyle inşa edilmiş. Günümüzde bu alan dünyaca ünlü şarkıcı ve grupların konserlerine ev sahipliği yapıyor. Royal Palace ise şimdilerde milli kütüphane olarak kullanılıyor.



CENTRO STORICO TURUNA NE DERSİNİZ?

Napoli'de gezilecek yerlerin büyük çoğunluğu Eski Kent veya diğer adıyla Centro Storico'da bulunuyor. Bunun en büyük nedeni şehrin antik çağlardan itibaren her defasında burada yeniden kurulması. Şehri keşfetmeye buradan başlamanız doğru bir seçim olacaktır. Burası eski meydanları, dar sokakları, çok sayıda kiliseler ve tarihi yerleri ile Napoli'nin en çekici yeri. UNESCO Dünya Mirası Listesindeki Centro Storico'da görülecek çok yer var.







Roma

romantizmin başkenti

Napoli gezinizi tamamladıysanız rotanızı İtalya'nın diğer güzelliklerine doğru çevirebilirsiniz. Roma, bunun için ideal destinasyonlardandır. Napoli'den hareket eden tren 3 buçuk saat sonra sizi tarihin, romantizmin başkentine götürecektir.

İnsanlık tarihinin en büyük medeniyetlerinden birisinin kurulduğu, İtalya'nın başkenti Roma gezilecek yerler söz konusu olduğunda Avrupa'nın birçok şehrini açık ara geride bırakır. Roma'yı doya doya görmek için 3 gününüzü ayırmalısınız.

ROMA'NIN GÖRKEMLİSİ

Roma'da gezilecek yerler listesinin başına Kolezyum'u yazabilirsiniz. Flavianus Amfitiyatro adıyla da tanınan görkemli yapı, yaygın inanışa göre adını girişinde yer alan 30 metre yüksekliğindeki Colossus Neronis Heykeli'nden alıyor. Zamanında 55 bin kişinin tiyatro oyunlarını, hayvan ve gladyatör dövüşlerini, idamları izlemek için toplandığı yapı, uzun süre önce depremlerden dolayı kullanılamayacak duruma gelse de 2007 yılında dünyanın 7 harikası olarak seçilmiş.

MODANIN TANIĞI BASAMAKLAR

İspanyol Büyükelçiliği olarak kullanılan palazzodan adını alan İspanyol Merdivenleri, Roma'da İtalyan modasının kalbinin attığı meydana bulunuyor. Özellikle indirim zamanlarını takip ederek alışveriş turuna katılanlar için bu merdivenler, modanın havasını solumak için tatlı bir mola imkanı sunuyor.





'İş'te Ona Asla Güvenme!

Bırak sen onunla arkadaş kal. Konu 'iş' olunca öyle herkese güvenme! Markanı emin ellere emanet et. Çünkü markan çok değerli; **BÜYÜK DÜŞÜN!**

sinerji creative

Kızıl Şehir Bologna

Roma'nın tarihi ve romantik atmosferinden İtalya'nın küçük fakat bir o kadar sevimli şehirlerinden olan Bologna'ya gitmek üzere yolculuğunuzu başlatabilirsiniz. Tren yardımıyla 2 saat 45 dakika gibi kısa bir sürede bu şehre ulaşmak mümkün olabiliyor.

Kızıl şehir olarak da bilinen Bologna, köklü tarihsel geçmişi ve kültürel miraslarıyla İtalya'nın göz alıcı şehirleri arasında öne çıkıyor. Transit ve demir yollarına çapraz bir konumda bulunduğu için ulaşım konusunda da büyük bir avantaj sağlayan şehirde 1-2 günlük konaklamanın ardından diğer destinasyonlar için yola çıkabilirsiniz.



TÜM YOLLAR MAGGIORE'YE ÇIKIYOR

Kentteki tüm yolların kesiştiği meydan olan Maggiore Meydanı'nı, rotanızın başlangıcı olarak kabul edebilirsiniz. 13. yüzyılda dikdörtgen şeklinde çevrelenen Maggiore Meydanı, Bologna şehrinin en gözde bölümlerinden birisini oluşturur. Maggiore Meydanı'nın simgesi San Petronio Bazilikasıdır. Yapımına 1390 yılında başlanan ve dünyadaki en büyük beşinci katedral olan bu yapının ana girişinde 15. yüzyıl sanatçısı Jacopo della Quercia'nın etkileyici yarı kabartma eserlerinden bir koleksiyona rastlarsınız.



BOLOGNA'NIN PİSASI

Pisa Kulesi kadar popüler olmasalar da Bologna'da da eğimli iki tane kule bulunuyor. 96 metre yüksekliğine sahip olan Asinelli ve Garisenda adındaki kuleler, 12. yüzyılda Ortaçağ döneminin önde gelen zenginlerinden Asinelli Ailesi tarafınca inşa ettirilmiş. Bu meşhur kulelere 498 adet küçük ahşap merdiven aracılığıyla çıkılıyor.

TURİSTLERİN UĞRAK YERİ

"Halk Sarayı" ismiyle de bilinen ve 15. yüzyıl mimarisine ait dokuları simgeleyen Palazzo Comunale, Maggiore Meydanı'nın batı kısmında yer alıyor. 13. yüzyıldan günümüze değin "Belediye Binası" olarak kullanılmaya devam eden yapının duvarları, ilk olarak dikkatleri çekiyor. Sarayın Sala Borsa olarak ayrılan kısmının ön cephesinde Bolognalı Papa 13. Gregory'e ait bir heykel bulunuyor. Binanın iç kısmında yer alan ihtişamlı Kırmızı Salonu görmek ise ziyaretçilere ayrı bir keyif sunuyor.



Floransa

Rönesans'ın merkezi

*İtalya'nın küçük incisi
Bologna'dan ayrılıp,
sanatın başkenti
Floransa'ya gitmek
üzere yola çıkabilirsiniz.
Bologna'dan 15-20
dakikada bir kalkan
tren seferleri, sizi yarım
saatlik yolculuğun
ardından bu büyümlü şehre
ulaştıracaktır.*



SANATIN MERKEZİ

Rönesans'ın başlamasına neden olan pek çok unsuru barındırdığı için gezginlerin Floransa gezilecek yerler listelerine ekledikleri Signoria Meydanı, adeta bir açık hava müzesini andırıyor. Meydan, adımı önünde bulunduğu eski şehir yönetim merkezinden alıyor. Bu binanın girişinde, ünlü Davut heykeli 400 yıl boyunca durmuştur. Davut heykeli dışında meydanda ayrıca Bandinelli tarafından yaratılan Herkül ve Cacus ile 16. yüzyılda Ammannati'nin öğrencileriyle birlikte inşa ettikleri görkemli Neptün Çeşmesi'ni görebilirsiniz.



Leonardo da Vinci, Michelangelo, Dante gibi Rönesans sanatçılarına ev sahipliği yapan Floransa, sanatla olan birlikteliğini tüm sokaklarında gezginlere hissettiriyor. 14. yüzyılda Medici Ailesi'nin bölgeye hâkim olduktan sonra yaptıkları sayesinde kent bugün dünyanın önde gelen tatil destinasyonları arasında sayılıyor.

GOTİK TARZIN SİMGESİ

Floransa Katedrali, Floransa'nın en ünlü ve en büyük yapılarından. 1296-1436 yılları arasında inşa edilen yapı, tekniği ve boyutları ile hayranlık uyandıran kubbesi ile oldukça ünlüdür. Floransa Katedrali'nin en ünlü kısımlarından biri girişteki saat. 15. yüzyılda Paolo Uccello tarafından günün 24 saatinin güneşin batışına göre ayarlandığı saat hala çalışmaktadır. Katedralde yer alan bir diğer ünlü eser Giorgio Vasari'den "Last Judgement" (Kıyamet Günü) freskidir. Bu freskler Vasari'nin öğrencisi Zuccari tarafından boyanmıştır.



FLORANSA'NIN PANORAMİK MANZARASI

Medici Ailesi'nin Palazzo Pitti ile Palazzo Vecchio arasındaki seyahatlerini halka gözükmeden yapabilmeleri için 1345 yılında inşa edilen Ponte Vecchio, kentin tüm güzelliklerini gözler önüne seriyor. II. Dünya Savaşı sırasında Floransa'da yıkılmayan tek köprü olma unvanını taşıyan yapı, aynı zamanda Arno Nehri üzerine inşa edilenlerin en eskisidir.

■ ünlü yapıların ev sahibi pisa



Sanatla iç içe geçirilen Floransa seyahatinin ardından rotanızı Pisa Kulesi ile ünlenmiş Pisa şehrine çevirebilirsiniz. Floransa'dan gün boyu karşılıklı seferler bulunan Pisa'ya ulaşım 1 saat kadar sürmekte.

Pisa, Toskana Bölgesi'nin en küçük şehirlerinden. Küçük bir şehir ama İtalya'nın sembolü haline gelen Pisa Kulesi'nin de sahibi. 90 bin nüfuslu kent, arkeolojik ve tarihi kalıntılarıyla da görülmesi gereken yerlerin başında geliyor.

MUCİZELERE TANIK MEYDAN

Kentin en ünlü meydanı olan Mucizeler Meydanı (Piazza dei Miracoli), beyazlara bürünmüş mimari yapıları ve tarihi eserleri ile sizi karşılıyor. Pisa Kulesi, Vaftizhane ve Şehir Katedrali (Duomo di Pisa) gibi yapıları burada bulabilirsiniz. Bölge 1987'den beri UNESCO Dünya Mirası Listesi'ndeki yerini koruyor.



İHTİŞAMLI YAPI

Şehrin ve hatta Toskana bölgesinin en büyük katedrali olan Pisa Katedrali (Duomo di Pisa), Müzeler Meydanı'na girdiğinizde sizi bütün ihtişamı ile karşılıyor. 1063 yılında yapımına başlanan ve 27 yıl süren bu yapı, gotik işlemleri, rönesans dönemi mirasını, tarihi ve mistik bir dokuyu yakından inceleyebilirsiniz.



PİSA KULESİ FOTOĞRAFI OLMADAN OLMAZ

Pisa Kulesi (Tower of Pisa), birçok fotoğrafa konu olan, her turistin mutlaka "kuleyi eğerken" temalı bir fotoğrafının olduğu, dünyanın en ikonik yapıları arasında yer alıyor. 1173 yılında katedralin çan kulesi olarak inşa edilen yapı, zeminindeki bir çökmeden dolayı her yıl biraz daha güneye doğru eğiliyor. Üst üste 6 sütun dizisinden meydana getirilen ve kendine has bir mimariye sahip olan kule inşa edildiğinde ilk iki katı kesinlikle eğik değilmiş. Üçüncü kat yapılmaya başlandığı andan itibaren çok milimetrik de olsa bir eğiklik olmuş. Fakat Mimar, kulenin eğilmeye başladığını 1185 yılında fark edebilmiş ve o tarihten sonra bu gerçeği geri çevirmek pek mümkün olmamış.



1 ÇATI ALTINDA

10'UN ÜZERİNDE YAYIN

100'ÜN ÜZERİNDE SAYI

1.000'İN ÜZERİNDE KONU

100.000'İN ÜZERİNDE TASARIM

1.000.000'UN ÜZERİNDE BASKI

10.000.000'UN ÜZERİNDE OKUYUCU

Rakamlar yanıltmaz

kurumsal dergi • kurumsal gazete • kurumsal bülten • kurum içi yayın

sinerji
GRUP

D Vitamini

çocukların görünmez kalkanı

Vücudumuzun zaruri ihtiyaçlarından olan vitaminler, birçok hastalığa karşı bir kalkan görevini üstlenirler. Bu vitaminlerin en önemlilerinden olan D vitamininin, özellikle çocuklar üzerindeki önemini Özel Jimer Hastanesi Çocuk Endokrinoloji uzmanları anlattı.





Hayatta kalabilmek için vücudumuzun zaruri ihtiyaçlarını karşılamak gerekir. Bu ihtiyaçlar arasında vitaminler önemli bir yer tutmaktadır. Vitaminlerin bir kısmı yağda bir kısmı ise suda erimektedir. D vitamini yağda erimekte ve vücutta depolanmaktadır. Vitamin D vücudumuza ya hayvansal gıdalarla alınmakta ya da güneş ışınlarının etkisiyle derimizde üretilmektedir. Karaciğer ve böbreklerde ise etkin olan formuna dönüştürülmektedir.



D vitaminin en önemli görevi kemik metabolizmasına olan etkisidir.



DOĞUMDAN İTİBAREN ÖNEMLİ

Doğumdan itibaren her yaşta hafif ya da ağır derecede vitamin D eksikliği görülmektedir. Bebeklik döneminde görülen ve ciddi kemik gelişim bozukluğu yapan vitamin D eksikliğine raşitizm denilmektedir. Ülkemizde bebeklere zorunlu D vitamini uygulaması sayesinde raşitizm önemli oranda azalmıştır. Buna rağmen çeşitli sebeplerle D vitamini alamayan, yetersiz ve dengesiz beslenen, barsak, karaciğer, böbrek, deri rahatsızlıkları bulunan, bazı ilaçları uzun süreli kullanan çocuklarda vitamin D eksikliği ve raşitizm gelişebilmektedir.



**HER YAŞ GRUBU
DİKKAT ETMELİ**

Bebeldikte vitamin D eksikliği kemik gelişimini olumsuz etkilemekte, bunun sonucunda büyüme ve gelişme durmakta, kalp, akciğer rahatsızlıkları, havale gelişebilmektedir. Çocuk ve ergenlerde ise belirtiler daha sessiz seyretmekte, çoğu zaman gözden kaçmaktadır. Bu yaş gruplarında diş gelişimi durmakta, büyüme yavaşlamakta, saçlarda dökülme, kas krampları, nörolojik ve ruhsal sorunlar, kemik zayıflığı ve kırıkları, kol ve bacak ağrıları ortaya çıkmaktadır.

**FAZLASI ZARAR**

Vitamin D eksikliğiyle mücadele etmenin en kolay yolu risk altındaki bireyleri tespit etmek, D vitamin düzeylerine bakarak, vitamin D takviyesi yapmaktır. Verilecek vitamin D miktarı yaş grubuna göre değişiklik göstermektedir. Gereksiz yere başlanan D vitamini yağ dokusunda birikmekte, daha sonra kana karışarak D vitamini zehirlenmesine neden olmaktadır. Bu durum gerekli tetkikler yapılmadan D vitamini alan çocuk ve ergenlerde sık görülmekte, erken tanı konulamazsa kalsiyum yüksekliği, ateş, iştahsızlık, zayıflama, huzursuzluk, kabızlık, ritim bozuklukları, tansiyon, idrarda kum atılımı ve yanma, böbrek taşı ve buna bağlı böbrek yetmezliğiyle sonuçlanabilmektedir.

**HANGİ BESİNLERDE BULUNUR?**

D vitamininden zengin süt, yoğurt, ayran, peynir, kefir, tereyağı, yumurta, bazı bitkisel ve deniz ürünlerin öğünlerimizde yer alması tüm çocuklarımız için büyük önem arz etmektedir. Dengeli beslenme sayesinde vitamin D eksikliği ve ileri yaşlarda görülebilen ciddi hastalıkların gelişimine engel olunabilecektir.



BUDO*yaşam*

BU SAYFALARDAN BİRİNDE

SİZİN DE
İLANINIZ OLABİLİR

sinerji
GRUP

0(224) 252 52 24



Örgü

ihtiyacı doğan hobi

İnsanoğlunun soğukla mücadelesinden bir beceri yükseldi. Hayvanların tüylerini işledi, ip haline getirdi. İpler ilmek ilmek dokundu, eller hünerini sergiledi...

 Merve Nur ÜNER



Günümüzde oldukça yaygın bir hobi olarak devam eden el örgüsünün tarihi oldukça eskilere dayanmaktadır. Önceleri sadece parmaklar kullanılarak yapılan örgünün ilk örneklerine Orta Asya'daki arkeolojik kazılarda ulaşılmış. Örgü işinde kullanılan malzemelerin basitliği örgünün ilk olarak avcı göçebe toplumlarda ortaya çıktığı tezini güçlendirmiştir. Göçebe toplumlar hayvan sürülerinden elde ettikleri yapağıyı kullanırken, keçeleştirme işlemiyle hammaddelerini sağlamlaştırmışlar, geliştirdikleri örgüyü doğu ve batıya doğru, ticaret esnasında diğer kıtalara da yaymışlardır.



Orta Asya buluntularından sonraki en eski örgü örneklerine Mısır mezarlarında rastlanmıştır. Bulunan başparmağı ayırık kırmızı yün örme çoraplar bugün Londra Victoria Albert Müzesi'nde sergilenmektedir.

İPLİK ZERAFETE DÖNÜŞÜYOR

Pamuğun örgü konusundaki işlevinin keşfi ve Avrupa'ya ulaşmasıyla 'beyaz örgü' olarak adlandırılan ve ince çelik tığlarla örülen dantel ortaya çıktı. Bu teknik perde ve yatak örtüsü gibi ürünlerle, örgü işini sadece kıyafetle sınırlı olmaktan çıkarıp, dekoratif ev ürünlerinin de örgü ile yapılabilmesini sağladı.

YÜZYILLARIN SANATI

İspanyol mezarlarında da 13. Yüzyıldan kalma birçok örme giyim parçası bulunmuştur. Kıyafetler üzerinde bulunan aile armalarının yanında, Müslümanların kullandığı kufi yazı stili ile işlenmiş dilek yazıları, Avrupa'da bulunan ilk örülmüş kıyafetlerin İspanya asillerinin çalıştırdığı Müslüman örgücüler tarafından yapıldığını göstermiştir. Araplar o dönemlerde tığ benzeri gagalı şişler ve sol ellerinin işaret parmaklarını kullanarak örgü örmüşlerdir.





And Dağları'ndaki alpakalar, yünleriyle tekstil sektöründe önemli bir yere sahiptir.

RENGARENK İLMEKLER

Örgü örmek için en temel malzeme iptir. İp, yapılacak ürünün çeşidine göre farklılık gösterir. Mevsime uygun bir kıyafet için kalın iplikler tercih edilirken, dantel gibi dekoratif ürünler için ince iplikler olan pamuk ya da naylon ürünler kullanılır. Yine örülmek istenen ürüne uygun olarak incelik-kalınlık numarası olan şiş ve tıgla bir diğer önemli malzemedir. Örgü işinin çeşitlenmesiyle birlikte, örgü işini kolaylaştıran misinalı şişler, ilmek tutucular gibi farklı türde aletler de ortaya çıkmıştır.



TEKNOLOJİNİN İPLİĞE DOKUNUŞU

Teknoloji ilerledikçe örme işi sadece insanlar tarafından değil, makineler yardımıyla da yapılabilir hale geldi. Trikotaj ismini alan bu alan, insan emeği olmadan dokuma tekniğinin daha kalın iplerde uygulanmasıyla mümkün oldu. Bu yöntemle elde örülen çorap, kazak, atkı, eldiven gibi ürünler daha hızlı bir şekilde üretilmeye başlandı.

İKİ TERS BİR DÜZ

Tıgla yapılan örgülerde zincir çekme, ilmek, trabzan gibi terimler örme işinin bütün örneklerde temelini oluştururken, şiş kullanılarak yapılan örgülerde bu teknikler farklı isimler alır. İki ya da daha fazla sayıda şişle yapılan örgülerde ters ve düz ilmek gibi terimler karşımıza çıkar. Yapılmak istenen motiflerin temeli aslında aynı tekniğin farklı aralıklarla uygulanmasıyla oluşur. Bunun yanında bazı örgü işleri yapıldıkları ülke ya da yöreye göre de isim alır. Tunus işi, Fransız işi, Girit danteli gibi...



BU İŞ ÇOCUK OYUNCAĞI

Örgü işi bir ihtiyacı karşılamanın da ötesine geçerek farklı kullanım alanlarında da kendini göstermektedir. Çocuklar için el yapımı veya doğal malzemelerin kullanıldığı oyuncak üreticileri tarafından örgü ile yapılan oyuncaklar, her çocuğun en masum oyun arkadaşı olarak onların hayal dünyasının renkli birer üyesi olmayı başarıyor.



Gittiğiniz ülkelerin tarihini, kültürel değerlerini, sanat anlayışlarını öğrenebilmek için en güzel yoldur müze ziyaretleri. Görkemli mimarileriyle görenleri kendine hayran bırakan 7 müzeyi sizler için derledik.

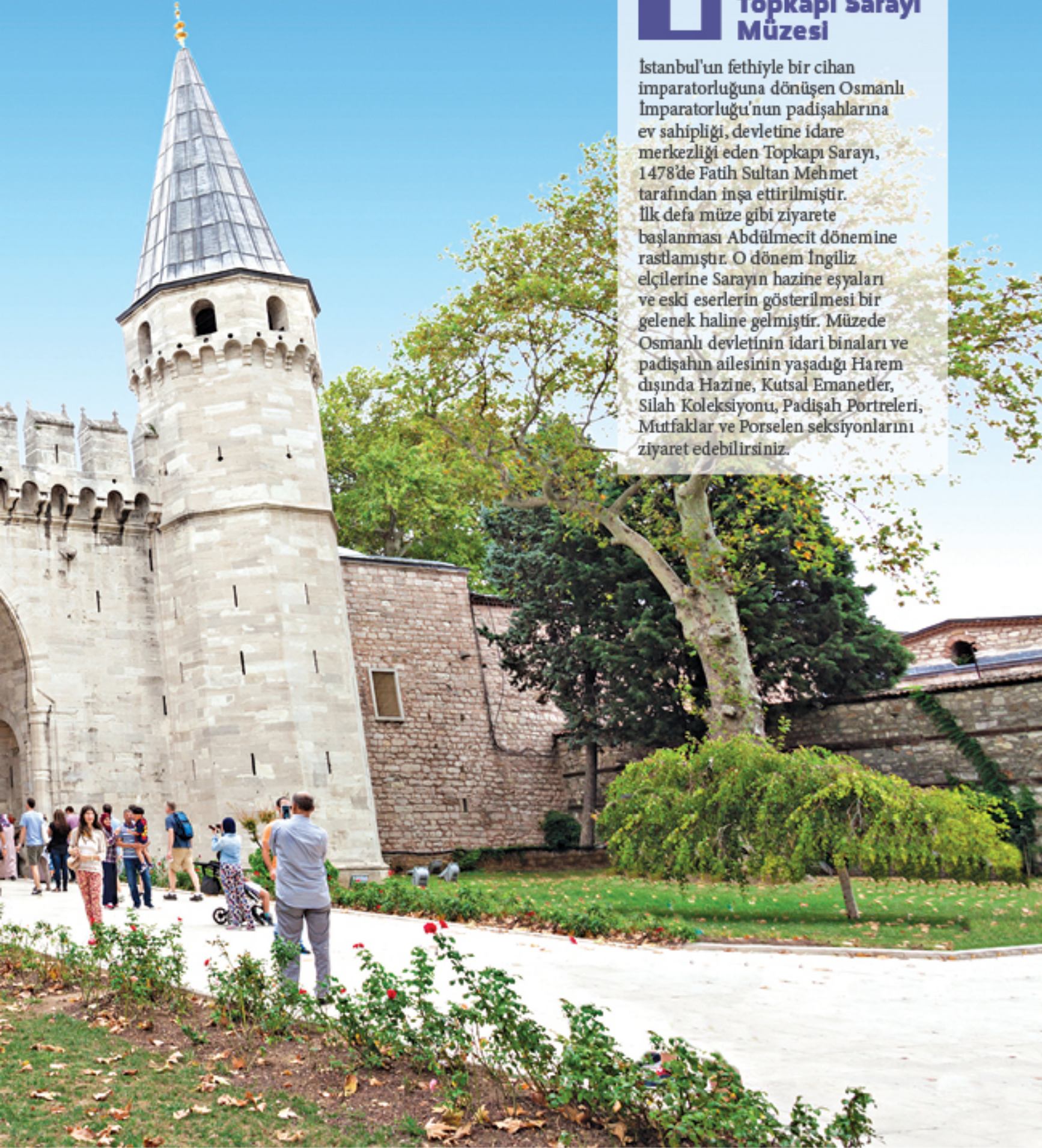
 Kemal AYDIN

7 ülke müze

1

TÜRKİYE Topkapı Sarayı Müzesi

İstanbul'un fethiyle bir cihan imparatorluğuna dönüşen Osmanlı İmparatorluğu'nun padişahlarına ev sahipliği, devletine idare merkezliği eden Topkapı Sarayı, 1478'de Fatih Sultan Mehmet tarafından inşa ettirilmiştir. İlk defa müze gibi ziyarete başlanması Abdülmecit dönemine rastlamıştır. O dönem İngiliz elçilerine Sarayın hazine eşyaları ve eski eserlerin gösterilmesi bir gelenek haline gelmiştir. Müzede Osmanlı devletinin idari binaları ve padişahın ailesinin yaşadığı Harem dışında Hazine, Kutsal Emanetler, Silah Koleksiyonu, Padişah Portreleri, Mutfaklar ve Porselen seksiyonlarını ziyaret edebilirsiniz.



2 İTALYA Dali Müzesi

1904 yılında İspanya'nın Figueras şehrinde doğan Dali, kendi şehrine dünyanın en büyük sürrealist objesi olarak kabul edilen Saldavor Dali Müzesi'ni kazandırmış. Sanatçının kendi koleksiyonundan oluşan 4000 sanat eseri ile dünyadaki en büyük Dali müzesidir. Sanatçı müzeyi tasarlarken buranın teatral, sansasyonel ve hayatının en büyük sürrealist objesi olmasını istemiştir. Müzede bazen ilham perisi, bazen modeli olan sevgili eşi Gala'nın izlerini taşıyan resimler ve heykeller sayesinde müzenin her köşesinde Dali'nin tutku-lu aşkını hissedebiliyorsunuz.



3 ABD Amerikan Doğa Tarihi Müzesi

"Müzede Bir Gece" adlı filme de konu olan New York'taki Amerikan Doğa Tarihi Müzesi, dünyanın en büyük müzeleri arasında yer alıyor. Birbirine bağlı 25 bloktan oluşan devasa müzede 46 daimi sergi salonunda, 32 milyondan fazla parça sergileniyor. Müzede 200'den fazla bilim adamı da görev yapıyor. 1869 yılında Central Park yakınlarında kurulan bu müze, her yıl ortalama beş milyon kişi tarafından ziyaret ediliyor.

4

RUSYA Hermitage Müzesi

Fransa'daki Louvre Müzesi'nden sonra dünyanın en büyük ve en önemli müzesi olarak bilinen Hermitage Müzesi, St Petersburg'da yer alıyor. Sahip olduğu 3 milyondan fazla sanat eseriyle dünya üzerindeki en önemli sanat merkezlerinden biri olarak bilinen Hermitage Müzesi, tam da bu özelliği nedeniyle Guinness rekorlar kitabına girmeyi başarmıştır. 1764 yılında ünlü Rus Çariçesi Katerina'nın bir müzayededen 200 tablo alıp bunları saklama isteğiyle temellerinin atıldığı düşünülen Hermitage Müzesi, aynı zamanda tarih boyunca Rusya'nın en önemli yönetim merkezi olan Kışlık Saray olarak bilinmektedir.



5 ÇİN Çin Ulusal Müzesi

Çin Ulusal Müzesi, Çin Halk Cumhuriyeti'nin başkenti Pekin'de bulunan ülkenin ana tarih ve sanat müzesidir. 2003 yılında iki ayrı müzenin birleşmesiyle kurulmuş olup Çin'in sanat ve tarihi hakkında bilgiler vermektedir. Müzede 48 adet büyük sergi salonu, bir tiyatro, bir konferans salonu ve bir yayın stüdyosunun yanı sıra, hediyelik eşya dükkanları, kitapçılar, sinema salonları, eğitim merkezleri, çayevi ve restoranlar bulunuyor.



6 TAYVAN Taipei Ulusal Saray Müzesi

Taipei Ulusal Saray Müzesi, Çin imparatorlarının 10. yüzyıldan itibaren biriktirdiği tarihi ve kültürel eserlerden oluşan zengin koleksiyonu sergilemek üzere Tayvan'ın başkenti Taipei'de kurulmuştur. Müze, 700 bin parçalık koleksiyonuyla dünyanın en büyük müzeleri arasında gösterilir. Müzenin en büyük özelliklerinden biri eserlerin çoğunun, müze binasının yer aldığı Yangming Dağı'nın içindeki mahzenlerde saklanması. Müze, 9 bin metrekairelik bir alana yayılırken mahzenler çok daha büyük alanı kaplıyor.



İNGİLTERE Tate Modern Müzesi

Tate Modern Londra'nın ünlü müzelerinden biridir. 20. yüzyıldan günümüze modern sanat eserleri burada sergilenmektedir. Müze, daha önce güç istasyonu olarak kullanılan bir binada bulunmaktadır. 2000 yılında açıldığından beri Londra'nın en ünlü ve popüler müzelerinden biri haline gelmiştir. Bu kiremit renkli bina değişik galerilere ev sahipliği yapmaktadır. Sir Giles Gilbert Scott tarafından tasarlanan bina 1947 – 1963 yılları arasında inşa edilmiştir. 99 metrelik bir kuleye sahiptir. Yapıldığı dönemde St Paul Katedrali'nden daha yüksek olmama kuralına göre inşa edilmiştir.



PİZZA

• Bir İtalyan Efsanesi •

İtalya'da doğup dünyanın her yerine yayılan enfes ve ender lezzetlerdendir pizza... Çeşitli malzemelerle zenginleşerek günümüze gelen bu lezzetin nasıl ortaya çıktığını hiç merak etmiş miydiniz?

🍕 Fatih ŞAMLI





Dünyanın hemen her yerinde tüketilmekte olan pizzanın günümüzde birçok çeşidini deneyimlemek mümkün. Çeşitlenmesine rağmen gelenekselliğini hiç bir zaman kaybetmeyen pizza, Napoli'nin fakir yemeği olma özelliğini de çoktan kaybetti.



KRALİÇE PIZZA İSTEYİNCE...

Pizza, aslında mozzarella peyniri ve domatesin muhteşem birlikteliğiyle yoksul İtalyan halkının vazgeçilmez lezzeti olarak yüz yıllarca tüketilmiş.

Dünya çapında bir üne kavuşma hikayesi ise 1889 yılına dayanıyor. Napoli'de pizza lokantası bulunan Rafaella Esposito'nun "Pietro" isimli pizza fırını, İtalya Kralı 1. Umberto'nun sarayı Palazzo di Capodimonte ile komşudur. Kral ve kraliçe sarayda dinlenirken onları tam anlamıyla mutlu etmek isteyen saray aşçıları tüm hünerlerini gösterir. Kraliçe canının pizza istediğini söylediğinde ise işler biraz karışır. Bir yoksul yiyeceği olan pizzanın nasıl yapılması gerektiği doğal olarak saray aşçıları tarafından bilinmemektedir. Pizzanın hızlıca yapılabilmesi için hemen Esposito'ya sipariş verilir.



MARGHERİTA'NIN DOĞUŞU

Bu önemli siparişin ardından pizza ustası Raffaele Esposito yanına birkaç alet ve malzemeyi alarak sarayda üç çeşit pizza pişirmiştir. Birini çiroza benzeyen balıklarla, diğerini sadece zeytinyağı ve peynirle, üçüncüsünü de domates, mozzarella peyniri ve maydanozla süslemiş ve üçüncü hazırlanan bu pizza Kraliçe tarafından çok sevilmiştir.



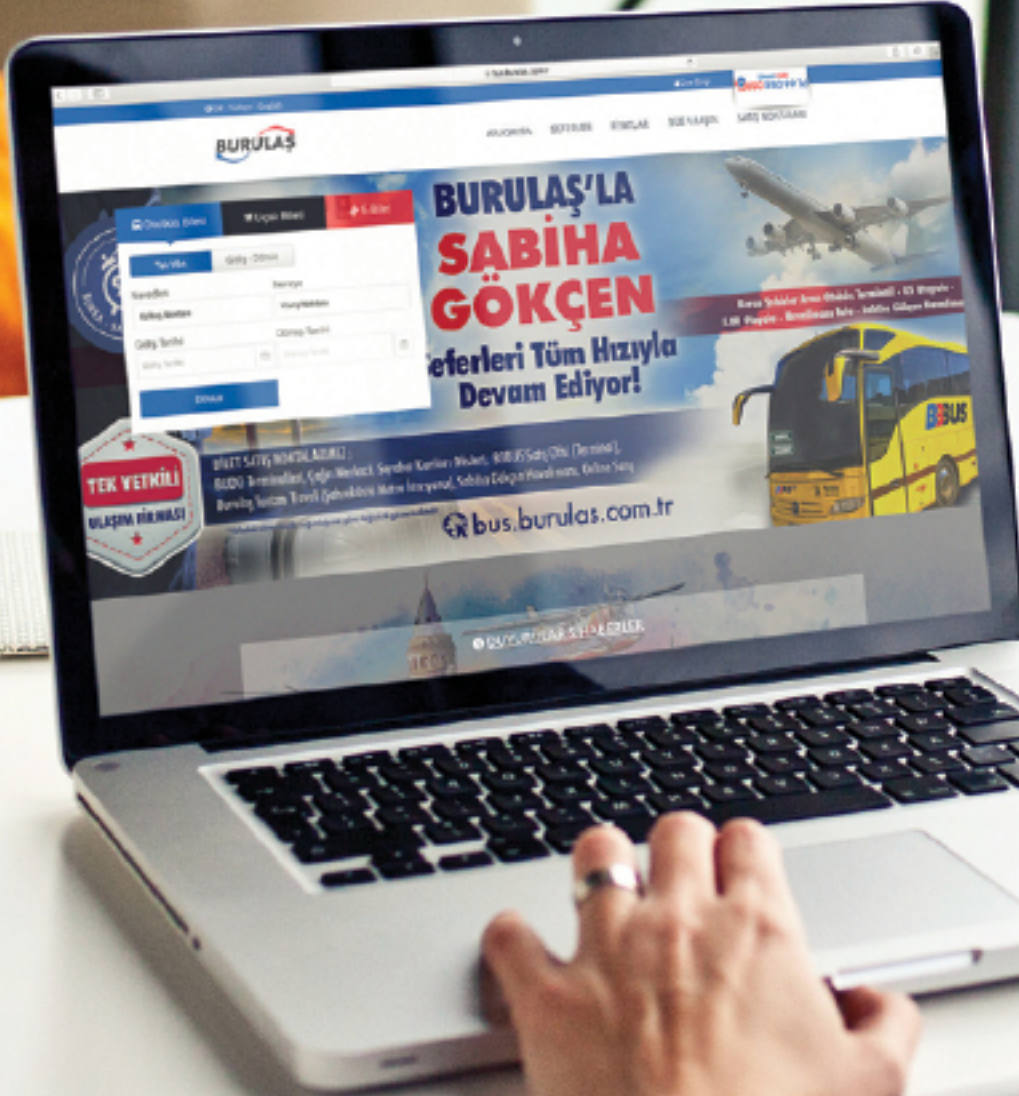


BURSA SABİHA GÖKÇEN BİLETLERİ



bus.burulas.com.tr'de!

Hemen tıklayın,
Bursa-Sabiha Gökçen Havalimanı
biletlerinizi hızlı ve kolayca
satın alın!



*Yolculuk süresi
trafik yoğunluğuna göre değişiklik göstermektedir.





ZENGİN HALKIN SOFRALARINDA

Pizzanın ismi sorulduğunda da heyecandan hatırlayamayan

Esposito, "margherita majesteleri, sizin onurunuza ona bu adı verdim" demiştir.

Bu tarihe kadar yoksul halk tarafından tüketilen pizza, Kraliçenin kendisine sunulan pizzayı beğenip, aşçı Esposito'ya bir teşekkür mektubu göndermesi ile zengin halkın da sofrasına girmeye başlar. İlgili mektup, hala bugünkü adı "Pizzeria Brandi" olan pizza dükkanının camında sergilenmektedir.



1830 YILINDA NAPOLİ'DE PORT'ALBA ADI ALTINDA DÜNYANIN İLK PIZZACISI AÇILDI.

15 BİN YIL ÖNCESİNE DAYANAN LEZZET

Aslında pizzanın tarihi bu olaydan çok daha eskiye dayanıyor. Raffaele Esposito'nun kullandığı mazemeler zaten Napoli'de kullanılmaktaydı. Hatta pizzanın tarihi için unun bulunduğu zamanlara dayanır demek de yanlış olmayacaktır. Yani yaklaşık 15 bin yıl öncesine kadar dayandığı bilinmektedir.



ÇEŞİTLER ÇOĞALİYOR

17. yüzyıldan itibaren Napoli sokaklarında ilk gerçek pizzalar satılmaya başlanmıştır. Sarımsak, hayvansal yağ ve tuzla soslanmış ve rendelenmiş kaşar peyniri, maydanoz, küçük balık parçaları, midye ve mozzarella peyniriyle çeşitli türleri pişiriliyordu. Bu pizzaların günümüz pizzalarından tek eksik tarafı domatesti. Bu sebze de Colomb'un Yeni Dünya'yı keşfinden önce, sadece Güney Amerika'da yetişiyordu. O tarihten sonra da Avrupa'ya çok yavaş yayıldı.

BUDO ile AVANTAJLI FİYATLAR SERİSİ

5 GÜN
ÖNCESİNE KADAR
YAPILAN ALIMLARDA

₺ **9,90**

3 GÜN
ÖNCESİNE KADAR
YAPILAN ALIMLARDA

₺ **13,90**



*Belirtilen fiyatlar her sefer için kontenjanlarla sınırlıdır.
*Promotion seats are limited for each journey.

BUDO ile budo.burulas.com.tr

üzerinden erken alımlarda, avantajlı fiyatlar serisi devam ediyor. BUDO biletinize; sefer tarihinden beş (5) gün
öncesine kadar alımlarda 28,00 TL yerine 9,90 TL; üç (3) gün öncesine kadar alımlarda ise 13,90 TL ödeyin.

BUDO tickets 13.90 TL instead of 28 TL up to 3 days before the departure
time and 9.90 TL instead of 28 TL up to the 5 days before the departure time.



AMERİKA'DAN YAYILAN LEZZET

Domatesin pizza katkıları arasına girmesiyle kırmızı pizzalar da bir seçenek oluşturmaya başlamıştır. Çok şaşırtıcı bir durum olsa da bu yiyeceğin dünyanın her yerine yayılacak kadar bütün kültürlerle ulaşması İtalyanların sayesinde olmadı. ABD'de açılan pizzacılar sayesinde bu lezzet tüm dünyaya yayıldı. Ancak Amerika'da üretilen pizzalar, Napoli'de üretilenlerle aynı lezzetlere sahip değildi. Maydanoz yerine kekik kullanıyorlardı ve sarımsak da pizza malzeme listesinden çıkarılmıştı. Parmak kalınlığında mayalı hamurdan yapılan ve tavada pişirilen "Chicago" tipi pizza üreten zincir restoranların kurulmasıyla da artık İtalyanların o özel yemeği çıtır çıtır olmaktan çıkmış, kalınlaşmış ve yumuşacık olmuştur.



TÜRKİYE'DE PIZZA

Hamurun üzerine serilen çeşitli ürünlerle, tüm damak tatlarına hitap etmeyi başarabilen pizzanın Türkiye'deki popülerleşme süreci, 90'lı yıllara rastlıyor. Bahse konu nesil için pizza, ninja kaplumbağaların kutu içerisinde tükettiği hızlı bir yemekten ibaretti. Hollywood filmleri de pizzanın bu imajına ciddi katkıda bulundu. Aynı süreçte birbiri ardına açılan pizza zincirleri, dondurulmuş hamuru ısıtıp, 30 dakika içinde evlere gönderme yarışına girince, İtalya'nın lezzetli yiyeceği, Türklerde de bir hayli sevildi.



İnce pideler için pizza sözcüğünün kullanılması 1790'lara rastlıyor. Bu sözcüğün, Latince'deki "picea" kelimesinden geldiği tahmin ediliyor.



BURSA'NIN PERİLERİ ZAFERLERİ BUDO İLE YELKEN AÇIYOR

BURSA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYE SPOR KULÜBÜ
BUDO KADIN BASKETBOL TAKIMI

2017-2018 ve 2018-2019 sezonlarında, parkeye
BUDO'nun isim sponsorluğuyla çıkıyor;
Bursa'nın Perileri BUDO desteğiyle yepyeni
başarılarla yelken açıyor!



BURULAŞ

10850
850
9916



DOĞALLIK

dekorasyonda yeni trend



Hayatımızda bir değişim yaratmak, monotonluktan kurtarmak için başvurduğumuz yöntemlerden biri olan dekorasyon, 2018 yılında da yeni trendlere kapılarak kendisine bambaşka bir yön belirledi.

 Görkem GÜLCÜ

Stil ve tarz, konfor ve kullanışlılık dekorasyonda ön planda tutulsa da trendleri de takip edip yaşam alanlarımıza uygulamak istiyoruz. Monotonluktan sıkılıp yeni bir heyecan arayanlar, yeni ev kuracaklar ya da küçük dokunuşlarla yaşam alanlarını değiştirmek isteyenler için 2018 dekorasyon fikirlerini derledik.



2018 RENK SKALASI

Renk skalasında 2017 yılı boyunca da revaçta olan zümrüt yeşili saltanatını 2018'de de sürdürüyor. Yeşil haricinde çivit mavisi, limon sarısı ve menekşe morunu da sık sık iç mekanlarda görebileceğiz. Bunun yanı sıra kadife koltuklar 2018 trendleri arasında yer alıyor. Moda sektöründen dekoratif yastıklara kadifenin günümüzde sıklıkla kullanıldığına rastlayabiliriz, dekorasyonla uyumlu renk tonlarını tercih edebilirsiniz. Griler, bordo kadife, pudra rengi gibi yoğunlukla beğeni kazanan modeller evinize renk katacaktır.



2018'de iç mekanlarda materyal olarak sıcak ve soğuk malzemeler bir arada kullanılacak. Doğal görünümlü ahşaplara mermerler eşlik edecek.

BAKIR OBJELER KULLANIN

Doğadan ilham alan tasarımların çoğunlukta olduğu mekanlarda hafif bir parıltıya imza atmak isterseniz, 2018'e damga vuran detaylar arasında olan pirinç ve bakır kullanabilirsiniz. Sofistik ve modern tarzı bir arada yansıtmak isteyenler için pirinç kaplı eşyalar şehir ışıklarına atıfta buluyor. Kadife kumaş kaplı koltuklara ise bakır renkli detaylar göz alıcı şekilde eşlik ediyor.



RETRO YİNE GÜNDEMDE

Evlerinde nostaljik dokunuşları sevenler için iyi bir haberimiz var. Retro dekorasyon tarzı 2018'de de bol bol görebileceğimiz bir stil. Bunun için geçmişten günümüze izler taşıyan retro mobilyalar ve duvar zeminlerine yapılacak küçük dokunuşlar ev dekorasyonunda büyük yenilikler sağlayacaktır. Retro objeleri değerlendirebileceğiniz yerlerden olan salonlar bu havayı evinizde yansıtmak için mükemmel bir seçim olarak karşınıza çıkacak.



MUTFAKLARDA DOĞALA DÖNÜŞ

Doğal ürünlerin dekorasyonda kullanılması 2018 yılında da etkisini sürdürüyor. Tuğla duvar dekorları ile eskitme ahşabın muntazam uyumunu yakalayabilir, endüstriyel stil dekorlarla fark yaratabilirsiniz. Duvar dekorlarından tezgahlara endüstriyel şıklıkla vintage dokuları bir arada kullanabilir, tam donanımlı bir mutfak dizayn ederken göze hitap eden zemin dokularını bir araya getirerek natürel uyum yakalayabilirsiniz.



HER ALANDA DUVAR KAĞIDI KULLANMAK MÜMKÜN

Mutfak ve banyolar gibi suyun yoğun olduğu alanlarda duvar kağıdı uygulaması pek fazla tercih edilmeyordu. Son yıllarda hızla gelişen teknoloji sayesinde, su ve buhara dayanıklı olarak geliştirilen kağıtlar üretilince, bu alanlarda da duvar kağıdı kaplamalarına inanılmaz bir rağbet başladı. Dayanıklı su geçirmez özelliği nedeniyle banyolar başta olmak üzere, mutfaklarda da duvar kağıtları ilk tercihler arasına yer almaya başladı. Rengarenk dekoratif desenleri ile mutfaklara canlı ve etkileyici bir güzelliği taşıyan duvar kağıtları bu sezon çok daha şık tasarımlar ile karşımıza çıkıyor.



BANYOLARDA 3D ETKİSİ

Bu senenin rengi yeşil, doğaya dönüşün bir temsili olarak ev dekorasyonu önerileri arasında mimarların vurgu yaptığı maddeler arasında yer alıyor. Özellikle banyo dekorasyonu 2018 trendleri arasında doğaya dönüş, 3D tasarımlarla hayat bulacak. Yeşil duvarlar, ağaçlar, deniz temaları, su temaları ve elbette olmazsa olmaz loş ışıklar... Banyo halıları, duş kabin stickerları, fayans desenleri ve duvar kağıtları ile banyolarınızın havasını değiştirebilirsiniz.



Royal Bademli'de güven ve konfor bir arada

İnşaat sektöründe çeyrek asırlık tecrübe ile faaliyetlerini sürdüren CNS Yapı'nın, her geçen gün değerini katlayan Bademli bölgesinde inşasına başladığı Royal Bademli projesi, Bursalılara güven ve konforu bir arada sunuyor.

Yaklaşık 5 bin metrekare alan üzerinde 8 bağımsız villa olarak yapımına başlanan Royal Bademli projesinde, her villa için ikişer araçlık otopark, bahçe alanı, havuz, barbekü alanı ve her odada birer banyo yer alıyor. Royal Bademli Projesi'nde verimli ve kolay kullanıma sahip kat planları hazırlamaya dikkat ettiklerini dile getiren CNS Yapı Genel Müdürü Uğur Can Soylu, "Royal Bademli projemizde villa yaşamının getirdiği ekstra iş ve maliyet yüklerini azaltmayı hedefledik" şeklinde konuştu. Bu zamana kadar birçok projeye

imza attıklarını belirten Soylu, Royal Bademli Projesi'nin diğer projelerden farklı olduğunu belirterek projenin çıkış noktasını şöyle anlattı: "25 senedir bizzat her detayını kendimiz tasarladığımız ve imalatını kendimiz yaptığımız birçok villa projesinde yaşadık. Zamanla çevremizden gelen talepleri değerlendirdik ve 'Doğru villa projesi nasıl olmalı?' sorusu ile yola çıktık. Royal Bademli projemizde, villada yaşamın getirdiği ekstra iş ve maliyet yüklerini azaltmayı hedefledik."

Bademli'de alışlagelmişin dışında projelere rastlandığını söyleyen Soylu, Royal Bademli Projesi'nin güvenli bir site içerisinde bağımsız 8 villadan oluştuğunu söyledi ve sözlerine şöyle devam etti: "Hiçbir villanın komşusuna cephesi yok. Bu bağlamda, giriş kapıları, bahçe alanları, havuz alanları dahi birbirini kesinlikle görmüyor. Projemizde, tamamen özgür yaşam alanları oluşturduk.

Bir diğer özelliği ise; villada yaşadıkça anlaşılan ve zamanla kurtulmak istenilen, bakımı, tefrişi, hâkimiyeti zor olan bodrum, çatı arası alanları ve teras alanları bizim projemizde yok. Tamamen yeterli ve verimli alanlar oluşturduk diyebiliriz."

KONUT ALIRKEN BUNLARA DİKKAT

Konut tercihi yapılırken binanın zemini hakkında yeterli bilgi alınması gerektiğini belirten CNS Yapı Genel Müdürü Uğur Can Soylu, gerekli bakanlıklardan alınan rapor ve izinlerin mutlaka incelenmesi gerektiğini söyledi. Aynı zamanda projenin yükseldiği bölgenin gelişen ya da gelişime açık bir yerde olması gerektiğini söyleyen Soylu, "Merkezi bir konumda yer alan her proje hem yaşam açısından, hem de yatırım açısından avantajlıdır. Tüm bunları aynı projede bulmak Royal Bademli ile artık mümkün diyebiliriz" dedi.



Sadece size özel.

Havalimanındaki özel güvenlik noktalarından vakit kaybetmeden geçecek, 30 gün boyunca otopark ve vale hizmetleri için ücret ödemeyecek, transfer hizmetinden yararlanabilecek, lounge'larda konforun keyfini çıkaracak, duty free'de indirimlerden yararlanabilecek, havalimanında vaktinizi kendinize ayırabilecek en önemlisi havalimanında benzersiz ayrıcalıklara sahip olacaksınız. Bu ayrıcalıklara sahip olmaya ne dersiniz?

Havalimanında Ayrıcalığın Kartı

@TAVPassport    444 25 75

TAV İşletme Hizmetleri A.Ş.

Healing capsule

Topinambour

The exterior looks like potatoes, growing is like carrots and the taste is like radish and artichoke, it proves its own claim with its usefulness.

Topinambour is among the health store vegetables and it saves you from the cold of the winter season, diseases and depressive weather. You will want to have more on your tables when you learn the benefits of this tuberous vegetable whether you consume it raw, with olive oil or meat or you can consume in salads.



RICH IN EVERY DIRECTION

In addition to being a fibrous nutrient, Topinambour contains iron and zinc which are very important for the immune system. In this direction in addition to the treatment of iron deficiency, regularly consuming Topinambour allows the iron deposits in the body to fill quickly. It contains high amounts of vitamin A and B. Consumption can be done both raw and cooked. It contains high fiber and fat ratio and calories are quite low. Therefore, it may be preferred as a diet meal.

A GOOD POTASSIUM RESOURCE

Topinambour contains more potassium than the banana. Potassium is especially important for a healthy heart and proper functioning of the muscles. Moreover, consumption of Topinambour with potassium-rich foods improves bone health and reduces the chance of poor bone formation. There are 450 mg potassium in 100 grams of Topinambour. Potassium is an important mineral for body functions, especially the heart and must be taken.

CANCER FIGHTER

Cancer disease of our age, has become the fearful dream of many people. With this healing vegetable, you can also protect yourself against cancer. Particularly beneficial to the intestines to reduce the risk of colon cancer. It helps to the destruction of toxins in the intestines. It also provides protection against lung cancer through its vitamin A content.





Helsinki

The White City of the North

Although it is "cold" that comes first to mind when you talk about Finland, the capital Helsinki is worth seeing with its lush forests, charming towns, planned cities, design and art, wooden civil architecture. The city is also called as "The White City of the North" because of its architecture made of light coloured granite stones.



Helsinki, Finland's capital city and an island country, offers blue with its coastal bays and the most beautiful shades of green with natural areas. Helsinki, which is the centre of the country in almost every area, adorn the routes of travellers with its warm-blooded people contrary to the cold weather which is effective in the large part of the year.



THE MOST TOURISTIC POINT
Suomenlinna Island and Castle which you can reach with a boat trip that takes 15 minutes from the centre of Helsinki, comes first among the places to be seen. The castle which is spread over 6 islands bringing together the scattered nature and history, places other than the historic parts consist of lush meadows. In the country which is connected to the Kingdom of Sweden in the mid-18th century, depending on the order of the King of Sweden and Russia's enlargement policy such a castle complex was built to protect the city against attacks coming from Russia. Within the complex there are many places to visit such as churches, museums, restaurants, cafes.

WHITE SYMBOL OF THE CITY

Helsinki Cathedral, which was built between 1830 and 1852 in the honour of Nikolai I, the Russian Tsar, who is also referred as the Duke of Finland during the period of its rule, has become a symbol of the city over the years with its architectural beauty. Built in neoclassical style, the cathedral is one of the first of tourists' stops with its magnificent domes which can be seen almost from everywhere in the city. The religious structure was also known with the name as St. Nicholas Church until 1917 when Finland declared its independence. In the cathedral which you can visit free of charge, apart from religious ceremonies events such as a marriage ceremony are organized.





Mix of simple flavours

The basis of Swedish cuisine consists of simple and nutritious meals prepared with organic products. Sweden has a simple and modern cuisine which is far from sophisticated and complex specialties and it specialized in creating delicious meals with few ingredients.



Let's start with saying that Swedish cuisine is different from other world cuisines. Swedish people who are connected to simpler and more traditional values than other cuisines, are very fond of culinary cultures. In Sweden, there is a cuisine which is focused on seafood and you can find all kinds of seafood. In addition, meat, potatoes, pastries and dairy products are often consumed in Swedish cuisine.

SPECIAL BREAD OF THE IMPORTANT MEAL

Swedish have bread, butter, liver paste, cheese and marinated hareng fish for breakfast. Cookies, milk, oil and jam and a small amount of bread are consumed in different regions. Breads are made with unrefined wholemeal flour which is completely unique to Sweden. Breads called 'cracker bread' are very thin and dry as the name implies. It is cooked twice in the oven to make the bread dry.



FISH RICH KITCHEN

Although they depend on traditional cuisine, the Swedish have also mixed many international cuisines, from French cuisine to Japanese cuisine. Swedish people mostly consume oily fish from the northern seas. Hareng and salmon are two of these fishes. Besides all seafood, poultry also has a heavy menu.

WORLDWIDE FAMOUS SWEDISH MEATBALLS

Swedish meatball is one of the first meals which comes to mind as a Swedish cuisine. These tiny meatballs called as Köttbullar, combine with their unique sauce and sign a unique feast of flavour. Köttbullar known as the mother's meatball in Sweden, is an indispensable food for special occasions. The meatballs which are generally made from fatty ground beef takes on a completely different taste with grilled onions added inside. Meat broth and cream also form the delicate sauce components on it. The bread crumbs which are put into the meatball swollen together with the sauce of the meatballs and softens the meatballs.





pizza

an italian legend

Pizzas are one of the rare and exquisite flavours which was born in Italy and spread all over the world. Have you ever wondered how this flavour which has been enriched by various ingredients emerged?

It is possible to experience many kinds of pizzas that are consumed almost all over the world today.

Despite its variety, pizza never lost its traditionality and pizza has already lost its feature of being Naples' food of the poor.

WHEN THE QUEEN WANTS PIZZA

Pizzas are actually consumed for hundreds of years as the indispensable flavour of the poor Italian people, with the wonderful combination of mozzarella, cheese and tomato. The story attaining a worldwide reputation dates back to 1889. Rafaella Esposito's "Pietro" pizza oven, a pizza restaurant in Naples is adjacent to Palazzo di Capodimonte, the palace of Umberto, King of Italy. When the King and Queen rest in the palace, the palace cooks who want to make them happy were showing all their talents. Things get a little confused when the Queen says she wants a pizza. Naturally how the pizzas are made was unknown to palace cooks as pizza was a food of the poor. They immediately ordered to Esposito to make the pizza quickly.



ON RICH PEOPLE'S TABLE

Esposito could not remember with the excitement when Pizza's name was asked, and he said "Margherita, Your Majesty, I gave that name in your honour". Pizzas consumed by poor people until this time, begin to get into the table of the rich people with a letter of thanks to the cook Esposito after the Queen liked the pizza presented to her. The related letter is still on the window display in the pizza shop, which today's name "Pizzeria Brandi".



BIRTH OF MARGHERITA

Following this important order, pizza master Raffaele Esposito took a few tools and supplies with him and cooked three types of pizza in the palace. One pizza was decorated with fish-like kippers, the other one only with olive oil and cheese and the third one was decorated with tomatoes, mozzarella cheese and parsley and the third pizza was loved by the Queen.





naturalness

New trend in decoration



About colour scale, emerald green, which was popular during the year 2017 continues its reign in 2018 also. Besides green, we will be able to see indigo blue, lemon yellow and violet purple in indoor spaces. In addition, velvet armchairs are also among the trends of 2018.

Decorating, which is one of the methods we use to create a change in our lives and save from monotony, has set itself a completely different direction with new trends in 2018.



USE COPPER OBJECTS

If you want to sign a light glow in places where the designs are mostly inspired by nature, brass and copper details are among the details highlighted in 2018. For those who want to reflect sophisticated and modern style together, brass-plated things refer to city lights. The velvet fabric-coated armchairs are accompanied by an eye-catching copper-coloured detail.



RETRO IN THE AGENDA AGAIN

We have good news for those who love nostalgic touches in their homes. Retro decorating style is a style which we can see a lot in 2018. For this you can make great innovations in home decor with just a few touches with retro furnishings and wall floors which carry the daily glimpses of the past. The use of a simple kitchen counter was preferred which carries honeycomb patterns to wall decorations and issuing this kitchen wall to the fore whereas natural colour tones were applied.

RETURN TO NATURAL IN THE KITCHEN

The use of natural products in decoration continues to be influential in 2018 as well. With brick wall decors, you can catch the harmony of old wood and make a difference with industrial style decor. From wall decor to counters, you can combine industrial elegance with vintage textures and when designing a fully equipped kitchen, you can capture a natural harmony by bringing together the floor textures that appeal to the eyes.



ARACINI PARK ET SABİHA GÖKÇEN'E BURULAŞ'LA DEVAM ET!



Hızlı ve avantajlı
Bursa-
Sabiha Gökçen
hattı BURULAŞ'la
hizmetinizde!



Detaylı bilgi:

 bus.burulas.com.tr

*Belirtilen otopark alanı, Bursa Şehirlerarası
Otobüs Terminali'nde yer almaktadır.

B3BUS

850
850
99 16

0536
850
99 16

BURULAŞ



Hem canınız hem malınız BBBUS'a emanet

1998 yılından bu yana Bursa halkına sevgi, saygı ve güven duygusuyla hizmet vermeyi kendine görev edinmiş olan BURULAŞ, yine bir güzelliğe daha imza attı.

Geçtiğimiz günlerde Bursa Terminali'nden İstanbul Sabiha Gökçen Havalimanı'na gitmekte olan BBBUS 14:00 seferinde sayın yolcumuz Abide Özkan Yılğın hanımefendi içinde değerli eşyaları bulunan çantasını dalgınlıkla araç içerisinde unutarak aracı terk etmiştir. Kurulduğu günden bu yana insan odaklı yatırım yapan BURULAŞ, çalışanlarını her konuda eğiterek toplumun ahlaki değerlerini üst seviyede tutmaktadır. Öncelikle yolcu memnuniyetini prensip edinmiş BBBUS çalışanımız, yolcumuzun çantasını, yolcu tahliyesi sonrasındaki araç içi



kontroller esnasında bularak kayıp eşya ofisimize teslim etmiştir. Yolcumuza ulaşan Halkla İlişkiler yetkilileri yolcumuzu karşılayarak eşyalarını güvenli bir şekilde teslim etmişlerdir. Bu sorumlu davranışın diğer kurumlara da örnek teşkil etmesi açısından her türlü mecrada dile getireceğini belirten yolcumuz "BBBUS ile bir kez daha yolculuk etmenin ayrıcalığını hissettim, hem canımızı hem malımızı güvenle teslim edebileceğimiz değerli bir kurum. Güler yüzlü cana yakın personellerine çok teşekkür ederim" diyerek memnuniyetini dile getirdi.

Telefon ile iletişim ve öfke yönetimi eğitimi

Gün içerisinde yüzlerce telefona cevap veren, yolcularımızın istek ve önerilerini, şikayetlerini, memnuniyetlerini ve sorularını

odaklı daha kaliteli hizmet verebilmeleri için "öfke kontrolü" eğitimi verdi. Pazarlama ve Yolcu İlişkileri Müdürlüğü ile Eğitim

Becerilerinin Kullanılması, Telefonda İkna Etme ve Yönlendirme, Öfke Nedir? Neden Öfkeleniriz? Beklentiler ve Öfke, Öfkenin Faydaları ve Zararları, Öfkenin Asıl Nedenleri, Öfkelenildiğimiz Farkına varma, Öfke Anında Yapılması Gerekenler, Öfkemizi Nasıl Kontrol Edebiliriz gibi konulara çeşitli örneklerle değinildi. BURULAŞ Genel Müdürü Mehmet Kürşat Çapar, gün boyunca yoğun bir stres altında çalışmak durumunda olan ancak yolcu memnuniyetinden de taviz verilemeyeceğinin altını çizerek tüm çalışanlarını daha kaliteli hizmet verebilmeleri için gerekli eğitimlerle desteklemenin önemli olduğunu ve vatandaşlarımıza hem kaliteli hizmet hem de ekonomik, güvenli ve zamanında ulaşım hizmeti vermeyi hedeflediklerini söyledi.



cevaplamaya çalışan, ilgili birimlere ileten aynı zamanda bilet satışı da yapan çağrı merkezi çalışanlarına yolcu memnuniyeti

Şefliğinin organize ettiği Uğur Koç tarafından verilen eğitimde; Telefonda İlk İzlenim ve Önemi, Telefon Görüşmelerinde İletişim

ULAŞIMIN HIZINI İLETİŞİME TAŞIDIK!



0546 850 99 16
BURULAŞ WHATSAPP HATTI

BURULAŞ ulaşım hizmetleriyle
ilgili öneri, talep ve şikâyetlerinizi iletmek artık çok kolay!
Haftanın her günü 07.30-23.30 saatleri arasında hizmet veren
BURULAŞ Whatsapp Hattı ile ulaşım daire tüm cevaplar cebinizde!



TERMİNALDEKİ SORUNLARA NEŞTER

Büyükşehir Belediye Başkanı Alınur Aktaş, Şehirlerarası Otobüs Terminali esnafının sorunlarını dinledi, memnuniyet seviyesinin en üst düzeye çıkarılması için gerekli çalışmaların yapılacağını söyledi.



Sorunları bizzat yerinde görmek, talep ve önerileri ilk ağızdan duymak için toplumun farklı kesimleriyle bir araya gelen Büyükşehir Belediye Başkanı Alınur Aktaş, güne Şehirlerarası Otobüs Terminali'nde başladı. Burulaş Genel Müdürü Mehmet Kürşat Çapar ile Büyükşehir Belediyesi bürokratlarıyla birlikte terminale gelen Başkan Aktaş, burada düzenlenen toplantıda esnafın sorun, talep ve çözüm önerilerini dinledi. Bursa Otogar Esnaf ve Çalışanları Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği Başkanı Yılmaz Ataş, terminalde yaşanan sorunlarla ilgili bir dosyayı Başkan Aktaş'a sunarken, cami inşaatının tamamlanması, yüksek olan genel giderler ve alışveriş merkezi yüzünden terminal girişinde yaşanan trafik sıkışıklığının öncelikli sorunlar olduğunu dile getirdi.

HEDEF, ÜST DÜZEY MEMNUNİYET

Otobüs terminallerinin 7/24 hareket olan, şehirlerin en önemli yaşayan organizmaları olduğunu belirten Büyükşehir Belediye Başkanı Alınur Aktaş, genel anlamda sorunları dinlemek için terminal esnafıyla bir araya geldiklerini söyledi. Toplumun büyük bir kesiminin hizmet aldığı terminalin temiz ve kaliteli olmasını arzu ettiklerini dile getiren Başkan Aktaş, "Terminalin herkesin memnuniyetinin üst düzeyde olduğu bir mekan olmasını istiyoruz. Esnafımızdan aldığımız bilgiler doğrultusunda eksikleri tespit ettik. Nihayetinde bu tür toplantılar onların dertlerini, sıkıntılarını dinlemek için iyi bir bahane. Sorunları bizzatıhi yerinde görerek, empati imkanına sahip oluyoruz. Genel giderlerin yüksekliği şikayeti var. Hepsini

değerlendirilecek ve inşallah kendilerine yardımcı olunacak" dedi.

TOPLAM KALİTE ARTACAK

Ulaşım sadece bir açıdan bakmanın doğru olmadığını altını çizen Başkan Aktaş, "Terminal bu işin bir parçası, metro, otobüsler, şehirlerarası taşımacılık, halk otobüsleri, ulaşımın diğer argümanları da bu işin bir parçası. Bütün bu parçaların sorunsuz ilerlemesi adına gayret ediyoruz. Böylelikle ulaşım ile ilgili toplam kalite ortaya çıkacak. Bu arada alışveriş merkezi tarafından girişte yaşanan trafik sıkışıklığını da yapacağımız düzenlemelerle bir hafta - 10 gün içinde bitirmiş olacağız. Yaptığımız toplantı ve aldığımız kararların hem esnafımıza hem de Bursa'mıza hayırlı olmasını diliyorum" diye konuştu.

BUDO KONFORU BURCAR'LA SÜRSÜN

BUDO KONFORUYLA SEYAHAT EDİN,
YOLA BURCAR'LA DEVAM EDİN!



En iyi
fiyatlarla

BUDO yolcularının konforu, sefer sonrasında
da sürüyor. Araç kiralama işleminizi kiralama
tarihinden 24 saat öncesine kadar

RENT.BURULAS.COM.TR

üzerinden yapın; BUDO seferinizin bitiminde,
aracınızı iskeleden teslim alın.

* BUDO ile entegre araç kiralama hizmeti;
Mudanya ve BÜYÜKÇEKİRMECE İskelelerinde geçerlidir.



BURCAR

850
850
9916

0546
850
9916

BURULAŞ



SABİHA GÖÇEN İETT OTOBÜS HATLARI

HAT KODU	GÜZERGAHLAR	SEFER BAŞLAMA VE BİTİŞ		
		PZT- CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
E10	SABİHA GÖKÇEN - KURTKÖY-KADIKÖY	05:00/04:40	05:00/04:40	05:00/04:40
	KURTKÖY-KADIKÖY - SABİHA GÖKÇEN	05:50/04:40	05:50/04:40	05:50/04:40
16S	SABİHA GÖKÇEN - UZUNÇAYIR	05:30/21:30	05:50/20:30	06:20/21:10
	UZUNÇAYIR - SABİHA GÖKÇEN	07:05/23:00	06:40/22:15	07:00/22:40
122H	SABİHA GÖKÇEN - 4.LEVENT	05:15/15:20	05:45/14:40	09:55/13:15
	4.LEVENT - SABİHA GÖKÇEN	06:40/17:10	07:15/16:45	11:25/15:35
E3	SABİHA GÖKÇEN - 4.LEVENT	06:00-01:30	06:00-01:30	06:00-01:30
	4.LEVENT - SABİHA GÖKÇEN	04:00-23:30	04:00-23:30	04:00-23:30
E9	SABİHA GÖKÇEN - ALTBOSTANCI	07:15-00:00	07:15-00:00	07:15-00:00
	ALTBOSTANCI - SABİHA GÖKÇEN	06:00/23:00	06:00/23:00	06:00/23:00
E11	SABİHA GÖKÇEN - KADIKÖY	06:00/00:10	06:00/00:10	06:00/00:10
	KADIKÖY - SABİHA GÖKÇEN	06:00/23:50	06:00/23:50	06:00/23:50

Güncel sefer saatlerini www.iett.istanbul adresinden takip edebilirsiniz.

*Yolculuk süresi trafik yoğunluğuna göre değişiklik göstermektedir.



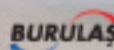
SABİHA GÖKÇEN

Seferleri Tüm Hızıyla
Devam Ediyor!



bus.burulas.com.tr

25 TL



TERMİNAL BURULAŞ OTOBÜS HATLARI

SEFER BAŞLAMA VE BİTİŞ

HAT KODU	GÜZERGAHLAR	PAZARTESİ-PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR	SEFER SIKLIĞI (DK.)
F1	TERMİNAL - ÇEVRE YOLU - GEÇİT - MUDANYA BUDO İSKELESİ	05:45/21:40	05:45/21:40	06:45/21:40	06:45/21:40	120
	BUDO İSKELESİ - MUDANYA - GEÇİT - ÇEVRE YOLU - TERMİNAL	08:00/23:20	08:00/23:20	08:00/23:20	08:00/23:20	120
HAT KODU	GÜZERGAHLAR	PZT - CUMA	CUMARTESİ	PAZAR	SEFER SIKLIĞI (DK.)	
17	TERMİNAL - ALAŞAR - OVAAKÇA - TERMİNAL	06:45/22:25	06:45/22:25	-	30	
	ALAŞAR-TERMİNAL	06:25/22:45	06:25/22:45	-	15-45	
	OVAAKÇA -TERMİNAL	06:30/22:45	06:30/22:45	-	15-45	
17/C	TERMİNAL - DEMİRTAŞ	06:30/23:00	06:30/23:00	06:45/23:10	10-15	
17/Y	TERMİNAL - BTSO KAMPÜSÜ - YENİCEBAT - ARMUTKÖY - TERMİNAL	06:55/17:40	-	-	80-240	
18/B	TERMİNAL - PANAYIR - K.BALIKLI - GÜLBAHÇE - 152 EVLER - SİTELER	06:30-21:30	06:30-21:30	06:30-21:30	60	
	SİTELER - 152 EVLER - GÜLBAHÇE - K.BALIKLI - PANAYIR - TERMİNAL	06:45/22:45	06:45/22:45	06:45/22:45	60	
38	TERMİNAL - K.MEYDANI - ŞEHREKÜSTÜ - ATATÜRK CD. - İNÖNÜ CD. - ULUYOL - TERMİNAL (ring)	06:10/23:40	06:15/23:40	06:15/23:40	10	
43/H	TERMİNAL - ESENTEPE - İHSANİYE - ATAEVLER - ERTUĞRUL - U.ÜNİV.	07:20/22:20	07:20/22:20	07:20/22:20	60	
	U.ÜNİV. - ERTUĞRUL - ATAEVLER - İHSANİYE - ESENTEPE - TERMİNAL	06:45/22:45	06:45/22:45	06:45/22:45	60	
91	TERMİNAL - ATICILAR - ANKARA YOLU - Y.İHTİSAS - KESTEL	06:30/23:25	06:20/23:20	06:20/23:20	30-60	
	KESTEL - Y.İHTİSAS - ANKARA YOLU - ATICILAR -TERMİNAL	06:35/23:35	06:35/23:35	06:35/23:35	30-60	
91/G	TERMİNAL - ATICILAR - Y.İHTİSAS - ANKARA YOLU - GÜRSU	00:00/22:50	00:00/22:50	00:00/22:50	40-60	
	GÜRSU-ANKARA YOLU - Y.İHTİSAS - ATICILAR - TERMİNAL	06:50/23:05	07:05/23:05	07:05/23:05	30-60	
92	TERMİNAL - ACEMLER - D.KALDIRIM - BEŞEVLER - KÜLTÜR	06:20/23:40	06:20/23:45	06:20/23:45	20-60	
	KÜLTÜR - BEŞEVLER - D.KALDIRIM - ACEMLER - TERMİNAL	06:30/23:30	06:30/23:30	06:30/23:30	20-30	
93	TERMİNAL - ACEMLER - İZMİR YOLU - ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ	06:05/23:35	06:05/23:35	06:05/23:35	30	
	ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ - İZMİR YOLU - ACEMLER - TERMİNAL	06:50/23:30	06:55/23:30	06:55/23:30	20-30	
94	TERMİNAL - GÖKDERE - TELEFERİK - ZÜMRÜTEVLER - KAPLIKAYA - ERTUĞRUL GAZİ - YEŞİLYAYLA - GÖKDERE - ATICILAR - TERMİNAL	06:30/23:35	06:35/23:40	06:35/23:40	20-30	
	GÖKDERE - TERMİNAL	06:20	-	-	30-40	
95	TERMİNAL - HÜRRİYET - BAĞLARBAŞI - F.S.M. BLV. - ATAEVLER	06:10/23:45	06:10/23:45	06:10/23:45	15-20	
	ATAEVLER - F.S.M. BLV - BAĞLARBAŞI - HÜRRİYET - TERMİNAL	06:35/23:45	06:35/23:45	06:35/23:45	20-30	
95/A	TERMİNAL - ESENTEPE - İHSANİYE - ATAEVLER - ERTUĞRUL - ÜÇEVLER	06:50/22:50	06:50/22:50	06:50/22:50	60	
	ÜÇEVLER - ERTUĞRUL - ATAEVLER - İHSANİYE - ESENTEPE - TERMİNAL	06:30/22:15	06:30/22:15	06:30/22:15	45-60	
96	TERMİNAL - BEŞYOL - ALTIPARMAK - DVL. HASTANESİ MURADIYE - ÇEKİRGE CD. - ÇEKİRGE DVL. HASTANESİ SİRAMEŞLER - TERMİNAL	06:10-23:45	06:10/23:45	06:10/23:45	20-30	
	ÇEKİRGE DVL. HASTANESİ - TERMİNAL	-	11:35	11:35	-	
97	TERMİNAL - YUNUSLİ - HAMİTLER - AKPINAR MH. - EMEK	06:00/23:30	06:00/23:30	06:30/23:30	20-30	
	EMEK - AKPINAR MH. - HAMİTLER - YUNUSLİ - TERMİNAL	06:25/23:30	06:25/23:30	06:30/23:25	20-30	
98	TERMİNAL - K.BALIKLI - MİLLET MH. - Y.İHTİSAS - E.GAZİ - SİTELER	06:15/23:50	06:45/23:30	06:45/23:30	30	
	SİTELER - E.GAZİ - Y.İHTİSAS - MİLLET MH. - K.BALIKLI - TERMİNAL	06:30/23:30	06:30/23:30	06:30/23:30	15-30	
99	TERMİNAL - KANALBOYU - A.PARMAK - E.SULTAN - D.KADI - SİTELER	06:20/22:55	06:20/22:55	06:20/22:55	35-60	
	SİTELER - D.KADI - E.SULTAN - A.PARMAK - KANALBOYU - TERMİNAL	06:40/22:15	06:40/22:15	06:40/22:15	40-60	
401	TERMİNAL - YALOVA YOLU - ORHANGAZİ TERMİNALI	07:15/23:00	08:00/23:00	08:00/23:00	30	
	ORHANGAZİ TERMİNAL KALKIŞ	06:15/20:30	07:00/20:30	07:00/20:30	30	
GECE HATLARI						
38/G	TERMİNAL - K.MEYDANI - ŞEHREKÜSTÜ - ATATÜRK CD. - İNÖNÜ CD. - ULUYOL - TERMİNAL	00:00/06:00	00:00/06:00	00:00/06:00	30-60	
38/B	TERMİNAL - KENT MEYDANI - HÜRRİYET - ATAEVLER - BEŞEVLER - D.KALDIRIM - ALTIPARMAK - ATATÜRK CD. - K.MEYDANI - TERMİNAL	00:40-05:40	00:40-05:40	00:40-05:40	60	
38/D	TERMİNAL - KENT MEYDANI - ATATÜRK CD.- TELEFERİK - ZÜMRÜTEVLER - KAPLIKAYA - Ş.YILMAZ - POLİS OKULU - Y.İHTİSAS - EĞİTİM - YEŞİLYAYLA - GÖKDERE - ULUYOL - K.MEYDANI - TERMİNAL	00:20/05:20	00:20/05:20	00:20/05:20	60	
97/G	TERMİNAL - K.MEYDANI - S.MEŞELER - YUNUSLİ - HAMİTLER - AKPINAR - EMEK - BADEMLİ KVS. - MUDANYA YOLU - ORGANİZE SANAYİ - ESENTEPE - KARAMAN - S.MEŞELER - KENT MEYDANI - TERMİNAL	00:10/02:10	00:10/02:10	00:10/02:10	120	

Güncel sefer saatlerini www.burulas.com.tr adresinden takip edebilirsiniz.



**BÜYÜKÇEKMECE-MUDANYA
SEFER SAATLERİ /
TIME TABLE**

MUDANYA - BÜYÜKÇEKMECE	
Pzt.-Cuma Mon.-Fri.	C.tesi-Pazar Sat.-Sun.
07:30	08:30
17:30	17:30

BÜYÜKÇEKMECE - MUDANYA	
Pzt.-Cuma Mon.-Fri.	C.tesi-Pazar Sat.-Sun.
09:30	10:30
19:30	19:30

* MARKED JOURNEY CALLS AT İHLAS ARMUTLU. 09:00 journey moves at 09:30 İhlas to Eminönü/Sirkeci. 14:30 journey moves at 16:05 İhlas to Mudanya

Bursa dan mudanya iskelesine giden hatlar ve kullanılacak bilet türleri / Bus Lines & Ticket Types



TARİFE BİLGİLERİ / JOURNEY SCHEDULE



BÜYÜKÇEKMECE MİMAR SİNAN İSKELESİNE NASIL GİDERİM?

HOW TO GET TO BUDO BÜYÜKÇEKMECE MİMAR SİNAN PIER?



Minibüs Hatları

- BL100 / Büyükçekmece - Beykent
- BL101 / Büyükçekmece - Esenyurt
- BL103 / Büyükçekmece - Kiraç
- BL104 / Büyükçekmece - Kumburgaz
- BL105 / Büyükçekmece - Mimar Sinan
- BL106 / Büyükçekmece - Tepecik
- BL107 / Büyükçekmece - Türkoba
- BL109 / Büyükçekmece - Beylikdüzü

Otobüs Hatları

- 300 - Tüyap - Silivri
- 76C - Büyükçekmece - Bakırköy (448-76TM-401T-HT48 Aktarma)
- 401 - Çatalca - Y.Boşna Metro
- 403 - Çiftlikköy - Çatalca (401-Aktarma)
- HT48 - Tepecik Kiptaş Konutları - Avcılar Metrobüs

- 404 - Karacaköy - Y.Boşna Metro (401-Aktarma)
- 448 - Mimar Sinan - Y.Boşna Metro
- 303 - Silivri - Y.Boşna Metro
- 76TM - Tepecik Kiptaş Konutları - Avcılar Metrobüs
- 401T - Tepecik - Y.Boşna Metro

Sefer tarifeleri ay içerisinde değişiklik gösterebilir. BURULAŞ, sefer saatlerinde değişiklik yapma hakkını saklı tutar. Time tables may vary within the month. BURULAŞ reserve the right to make any changes at the time tables.

nasilgiderim.iETT.istanbul

mobiETT App

BUDO SATIŞ NOKTALARI

MUDANYA BUDO
EMİNÖNÜ / SIRKECI BUDO
BÜYÜKÇEKMECE BUDO
MUSTAFAKEMALPAŞA
BBBÜS SATIŞ NOKTASI
ÇAĞRI MERKEZİ

: Mudanya Meydan
 : Eminönü / Sirkeci Merkez
 : Büyükçekmece (Mimar Sinan İskelesi)
 : Mustafakemalpaşa Seyahat Kartları Ofisi
 : Şehirlerarası Otobüs Terminali
 : 0850 850 99 16

ŞEHREKÜSTÜ METRO İSTASYONU (Şehreküstü Metro İstasyonu Seyahat Kartları Ofisi)
FETHİYE / HAMİTLER METRO İSTASYONU (Fethiye / Hamitler Metro İstasyonu Seyahat Kartları Ofisi)
ÜNİVERSİTE METRO İSTASYONU (Üniversite Metro İstasyonu Seyahat Kartları Ofisi)
ARABAYATAĞI METRO İSTASYONU (Arabayatağı Metro İstasyonu Seyahat Kartları Ofisi)

ACENTELER

BURSA ACENTELERİ

01. APAREİA TURİZM
 Altınşehir Mh. 330. Sk. No:2D/A
 ALTINŞEHİR/BURSA

02. ARDA TURİZM
 İhsaniye Mh. Barbaros Cd.
 Kristalpark No:50H/A1
 NİLÜFER / BURSA

03. BANTUR TURİZM
 Fevzi Çakmak Cd. Doğanbey
 Mh. No:58/B OSMANGAZİ -
 BURSA T: 0224 443 61 81

04. EREN TURİZM
 Altınşehir Mh. Ahmet Taner
 Kızıl Bulvarı 331 Sk. No:2 F/B
 D:1 NİLÜFER - BURSA
 T: 0224 242 46 25

05. GÜLSER TURİZM
 Beşevler Mh. Bilginler Cd.
 NİLÜFER Sitesi C Blok No:20/B
 NİLÜFER - BURSA

06. GÜZTÜR TURİZM
 Atatürk Cd. Çağlayan İş Hanı
 No:52 Kat:1 D:1 BURSA
 T: 0224 221 78 78

07. MAMİS RESTAURANT
 Yeni Yalova Yolu Cd. Buttim
 İş Merkezi C Blok No:424/5
 D:1587 OSMANGAZİ - BURSA
 T: 0224 211 23 80

08. MESA TURİZM
 Darmstad Cd No:11/A
 OSMANGAZİ - BURSA
 T: 0224 250 73 73

09. NTEPE TURİZM
 Görükle Mh. Güllüveren Cd. Refik
 Boztürk Apt. 16/C/A Bağınmaz
 Bölüm 29 NİLÜFER - BURSA

10. PLAZA TURİZM
 Kükürtü Mh. Oulu Cd. Selva
 Apt. No: 33 16080 OSMANGAZİ
 - BURSA

14. POLİTA TURİZM
 Şehsabetin Paşa Mh. Altıncı
 Çatal Sk. No:2/1 OSMANGAZİ -
 BURSA T: 0224 222 02 44

16. SAGER TURİZM
 Yeni Karaman Mh. 4 Kantar Sk.
 Asya İş Merkezi 5. Kat Daire:
 501-502 OSMANGAZİ - BURSA

17. S.S. 79 NOLU
MUSTAFAKEMALPAŞA
HALK OTOBÜSLERİ
MOTORLU TAŞIYICILAR
KOOPERATİFİ
 Yunus Emre Mh. 39 Nolu Sk.
 2 MUSTAFAKEMALPAŞA -
 BURSA

19. SKT TURİZM
 Beşevler Mh. Bilginler Cd.
 NİLÜFER Sit. A Blok No:24/3
 NİLÜFER - BURSA
 T: 0224 513 25 13

20. SUVEYS TURİZM
 Çırpan Mh. Darmstad Cd.
 23/A OSMANGAZİ/BURSA

22. TATILKRALI.COM
 Bağlarbaşı Mh. 1. Esar Sk.
 No:3/9 Daire:1 First Park
 Evleri Osmangazi/BURSA
 T: 0224 908 06 06

23. HANŞAH TURİZM
 Esentepe Mh. Ağaçlık Sk.
 Yelleri Olgu Sit. No:1/B NİLÜFER/
 BURSA

24. AFİŞTUR
 Konak Mh. Yıldırım Cd.
 Origami Flat İş Merkezi No.
 1/D NİLÜFER/BURSA

YALOVA ACENTELERİ
01. KASPI TURİZM
 Süleymanbey Mah. İstanbul
 Cd. Kibris Sk. Ata Apt. 22/B
 YALOVA

BALIKESİR ACENTELERİ
01. BALTUR VİP TURİZM
 Yıldırım Mh. Gazi Bulvarı 20/B
 BANDIRMA - BALIKESİR

2. YILCAN TURİZM
 Haydarçavuş Mh. Sunullah
 Cd. No: 13/A BANDIRMA
 T: 0266 713 20 04

İSTANBUL ACENTELERİ
01. ARDASA TURİZM
 Marmara Cd. Çiğdem Sk.
 No:41/1 AVCILAR - İSTANBUL
 T: 0212 696 27 27

02. ARPANU TRAVEL
 Merkez Mh. Halaşkarı Cd.
 Helal Apt. No:183/8 ŞİŞLİ/
 İSTANBUL

03. AYSAN TURİZM
 Şirinevler Mh. Fatih Cd. No: 81
 BAHÇELİEVLER - İSTANBUL
 T: 212 451 98 88

06. BEREKET TURİZM
 Ali Kuşçu Mh. Baş Müezzini 6.
 Sk. No:26 Giriş Kat-1 FATİH -
 İSTANBUL T: 212 533 53 69

07. BLK TURİZM SEYAHAT
 Kartaltepe Mh. Belediye
 Cd. No:8/A SEFAKÖY/K.
 ÇEKMECE - İSTANBUL
 T: 0850 840 02 55

08. BONASERA TURİZM
 Mimaroba Mh. M.Kemal
 Bulvarı Colorist Sit. A Blok
 No: 4/J BÜYÜKÇEKMECE -
 İSTANBUL

11. GALAKSİ TURİZM
 Oğuz Gökçer Cd. No:24
 AKATLAR - BEŞİKTAŞ/
 İSTANBUL

13. HELEN TURİZM
 Ergenekon Mh. Fransız
 Hastanesi Sk. Kaya Apt.
 No:1 Kat:7 D:11-12 ŞİŞLİ -
 İSTANBUL T: 0212 225 52 50

14. HEYSEM TURİZM
 Kocatepe Mh. Abdülhakhamit
 Cd. No: 17/E Green Park Otel
 Karşı TAKSİM/BEYOĞLU -
 İSTANBUL T: 0212 256 72 00

15. İNANGÖZ TURİZM
 Kartaltepe, İncirli Cd. 46/B,
 34145 BAKIRKÖY - İSTANBUL
 T: 0212 561 01 11

17. MSN TURİZM
 Orta Mh. Atatürk Cd. No:166
 D:2 SOĞANLIK - İSTANBUL
 T: 0216 452 24 24

18. PAMUK TURİZM
 Merkez Mah. Şamlı Sk 31 15
 AVCILAR - İSTANBUL
 T: 0212 509 09 92

19. PRENSİPTUR
BEYLİKDÜZÜ
 Plaza İş Merkezi No:23
 BEYLİKDÜZÜ - İSTANBUL
 T: 0212 872 97 66

20. PRENSİPTUR BEYKENT
 Beylikdüzü San. Sit. No:331
 BEYKENT - İSTANBUL
 T: 0212 872 19 70

21. PRENSİPTUR
BÜYÜKÇEKMECE
 Fatih Mh. Gazimustafa
 Kemal Cd. No:9/A
 BÜYÜKÇEKMECE-İSTANBUL
 T: 0212 882 02 39 /
 0212 881 47 07

22. PRENSİPTUR
MİMAROBA
 Batıköy Mh. Çarmıklı Cd.
 Demirpark Evleri A Blok No:1
 MİMAROBA - İSTANBUL
 T: 0212 864 11 02

23. PRENSİPTUR
ESENİYURT
 Cumhuriyet Mh. Nazım
 Hikmet Bulvarı Concepta
 Plaza No: 99 - 3 ESENİYURT -
 İSTANBUL T: 0212 853 5 111

24. SEYAHAT MERKEZİ
 Suvari Cd. No:11 Sefaköy
 KÜÇÜKÇEKMECE-
 İSTANBUL T: 212 580 58 58

26. TSA TRAVEL
 Bahriye Cd. Toprak Tabya Sk.
 Gür Plaza K:3 KASIMPAŞA/
 BEYOĞLU - İSTANBUL
 T: 0212 255 49 43

28. SEE YOU TRAVEL
 Valikonağı Cd. Kodaman Sk.
 Mim Plaza B Blok No:9/79
 Niğantaşı/İSTANBUL
 T: 0212 232 33 32

DİĞER ACENTELER

01. BİLET.COM
 T: 0850 450 99 88

02. BİLETALL.COM
 Fatih Mh. Prof Fevzi
 Fevzioglu Cd. No:19
 KOCASINAN-KAYSERİ
 T: 0352 222 75 52

03. KAMİL KOÇ
 İstanbul ve Bursa Kamil Koç
 Bilet Satış Noktalarında

04. İATİ
 T: 444 42 84

F-1 HAREKET SAATLERİ / BUDO MUDANYA İSKELESİ

PAZARTESİ- PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
08:00	08:00	08:00	08:00
10:30	10:30	10:30	10:30
12:35	12:35	12:35	12:35
14:20	14:20	14:20	14:20
16:20	16:20	16:20	16:20
18:20	18:20	18:20	18:20
19:50	19:50	19:50	19:50
21:50	21:50	21:50	21:50
23:20	23:20	23:20	23:20

F-3 HAREKET SAATLERİ / BUDO MUDANYA İSKELESİ

PAZARTESİ- PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
08:00	08:00	08:00	08:00
10:30	10:30	10:30	10:30
12:35	12:35	12:35	12:35
14:20	14:20	14:20	14:20
16:20	16:20	16:20	16:20
18:20	18:20	18:20	18:20
19:50	19:50	19:50	19:50
21:50	21:50	21:50	21:50
	23:20		23:20

2-U HAREKET SAATLERİ / BUDO MUDANYA İSKELESİ

PAZARTESİ- PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
10:30	10:30	08:00	08:00
12:35	12:35	10:30	10:30
14:20	14:20	12:35	12:35
16:20	16:20	14:20	14:20
18:20	16:25	16:20	16:20
19:50	18:20	18:20	18:20
21:50	18:25	19:50	19:50
	19:50	21:50	21:50
	21:50		23:20
	23:20		

1-M HAREKET SAATLERİ / BUDO MUDANYA İSKELESİ

HAFTA İÇİ	CUMARTESİ / PAZAR
10:00	10:30
12:45	12:45
14:30	14:30
16:40	16:30
18:30	18:30
20:00	20:00
21:30	21:30
23:30	23:30

Güncel sefer saatlerini www.burulas.com.tr adresinden takip edebilirsiniz.

BURULAŞ'LA SABİHA GÖKÇEN

Seferleri Tüm Hızıyla Devam Ediyor!

BURSA - SABİHA GÖKÇEN

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
03:00	03:30	04:00	04:00	03:00	03:00	03:00
04:00	05:00	05:00	05:00	04:00	05:00	04:30
05:00	06:00	06:00	06:00	05:00	05:45	05:30
06:00	07:00	06:45	06:45	05:30	06:15	06:30
06:45	08:00	07:30	07:15	06:30	07:00	07:30
07:15	08:45	08:15	08:15	07:00	07:45	08:15
08:15	09:45	09:00	09:00	08:00	08:30	09:00
09:15	10:45	10:00	10:00	09:00	09:15	10:00
10:00	11:45	11:15	11:00	10:00	10:00	11:00
11:15	12:45	12:15	12:30	11:00	11:15	12:15
12:15	13:30	13:30	14:00	12:00	12:30	13:30
13:15	14:45	14:30	14:40	13:00	13:45	14:20
14:15	15:30	15:15	15:40	14:00	14:45	15:00
15:00	16:15	16:00	16:40	15:00	15:30	15:30
16:00	17:00	17:00	17:20	16:00	16:30	16:00
17:00	18:15	18:00	18:00	16:45	17:30	16:30
18:00	19:15	19:00	19:00	17:30	18:30	17:00
19:00	20:15	20:15	20:15	18:15	19:15	18:00
20:00	21:30	21:30	21:30	19:00	20:00	19:00
21:30				19:45	21:30	20:00
				20:15	22:15	21:30
				21:30		22:15
				22:15		



*Yolculuk süresi trafik yoğunluğuna göre değişiklik göstermektedir.

bus.burulas.com.tr



BURSA'YI

Gezmenin

Avantaj Dolu Kartı -

Tek bir bilet ile
Tüm Bursa'yı
Uygun fiyatla

SABİHA GÖKÇEN - BURSA

PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
00:15	01:15	01:15	01:15	01:15	00:15	00:15
01:15	07:30	08:00	08:00	08:00	01:15	01:15
06:15	08:15	09:00	09:00	09:00	06:30	08:00
07:30	09:00	10:15	10:15	09:40	08:00	09:00
09:00	10:00	11:30	11:30	10:40	09:00	10:15
10:00	11:15	12:15	12:15	11:30	10:15	11:15
11:00	12:00	12:45	12:45	12:30	11:15	12:00
12:00	12:45	13:15	13:45	13:15	12:15	12:45
12:45	13:45	14:00	15:00	14:15	13:00	13:30
13:45	15:00	15:00	16:00	15:15	14:00	14:15
14:45	16:00	16:00	16:40	16:00	15:00	14:45
16:00	17:00	17:00	17:20	16:50	16:00	15:45
16:40	18:00	17:45	18:00	17:30	16:45	16:45
17:40	18:40	18:30	19:00	18:00	17:30	17:45
18:20	19:20	19:20	20:00	18:30	18:00	18:30
19:00	20:00	20:20	20:45	19:00	18:40	19:00
19:40	21:00	21:00	21:30	19:40	19:20	19:30
20:15	22:15	22:15	22:30	20:15	20:00	20:00
21:00	23:15	23:15	23:15	21:00	21:00	20:45
22:15				21:40	22:00	21:30
23:15				22:30	23:15	22:30
				23:15		23:15

Güncel sefer saatlerini
bus.burulas.com.tr
adresinden takip edebilirsiniz.

 burulas.com.tr

48 saatlik bilet
18 TL

24 saatlik bilet
15 TL

ARACINIZ DAİMA YENİ



New Servis ile yıllar geçse de
aracınız hep yeni kalır.



Periyodik Bakım



Mekanik Onarım



Hasar Onarımı



Klima Bakımı



Elektrik, Elektronik Bakım

www.newotomotiv.com.tr



/newservisbursa



KIŞ BAKIMI ARACINIZA İLAÇ GİBİ GELECEK!

FORD | RENAULT | VOLKSWAGEN | CITROEN | PEUGEOT | FIAT

**PERİYODİK
BAKIM 219 TL**

*Kampanya **31 OCAK 2018** tarihine kadar, belirtilen marka araçlarda geçerlidir.
Avantajlı fiyattan faydalanmak için, telefonla kampanyaya kayıt yaptırmanız gereklidir

New Servis ile yıllar geçse de
aracınız hep yeni kalır.



0(224) **44 112 44**

Barış Mh. İzmir Yolu Cd. No.: 208/B Nilüfer/BURSA

CEYLAN
INTERNATIONAL HOSPITAL

www.ceylanhastanesi.com



Genel Cerrahi Uzmanı
Op. Dr. Servet Yetgin
hastanemizde hizmet vermektedir.

0.224 **999 69 89**   /ceylanhastanesi  /ceylanhospital

Mudanya Yolu Emek Metro İstasyonu Osmangazi/BURSA